

برگزیدگان دومین جشنواره «روحانی و سینما» معرفی شدند

مراسم اختتامیه دومین دوره جشنواره ملی «روحانی و سینما» دیروز با حضور محسن مومنی شریف رئیس حوزه هنری، جمعی از جامعه روحانیت، اهالی سینما و تلویزیون و بسا معرفی برگزیدگان بخش های مختلف در حوزه هنری برگزار شد.

به گزارش پایگاه خبری حوزه هنری در مراسم اختتامیه دومین دوره جشنواره ملی «روحانی و سینما»، جایزه ویژه دبیر جشنواره شامل تندیس جشنواره و ۴۰۰ سکه بهار آزادی به رهبر هنری برای کارگردانی فیلم داستانی «او» اهدا شد.

جایزه بهترین کارگردانی فیلم مستند نیز ضمن تقدیر از فیلم «فیه»، تندیس جشنواره، دیپلم

فیلمساز مشهور هنگ کنگی به جشنواره جهانی فیلم فجر می آید



موفق‌ترین فیلمساز اهل هنگ کنگ مهمان جشنواره جهانی فیلم فجر است و یک کارگاه آموزشی برگزار می‌کند.

به گزارش خبرگزاری مهر، اندرو لائو (Andrew Lau) می‌توان موفق‌ترین فیلمساز هنگ کنگی قلمداد کرد که حال به دعوت جشنواره جهانی فیلم فجر به تهران می‌آید و علاوه بر برگزاری یک کارگاه در کاخ جشنواره، در دانشگاه سینما و تئاتر و در جمع دانشجویان سخنرانی خواهد کرد.

لاو فعالیت‌های هنری خود را در دهه ۸۰ میلادی با فیلمبرداری فیلم‌های کارگردان مهمی نظیر رویگ کار وای شروع و سبک خاصی از فیلمبرداری رابداع کرد. او جوایزی نظیر بهترین فیلمبرداری از جشنواره فیلم هنگ کنگ و اسب طلایی را دریافت کرده است.

در اوایل دهه ۹۰ اندرو وارد دنیای کارگردانی شد و موفق به خلق آثار موفق و مهمی نظیر سه گانه Infernal Affairs شد که در سال ۲۰۰۶ مارترین اسکورسسی از آن را قالب فیلمی (Departed) «رفتن» بازسازی کرد و موفق به دریافت اسکار بهترین کارگردانی شد. اندرو لائو موفق به کسب جوایز بهترین کارگردانی از جشنواره فیلم هنگ کنگ، روایان آی ژاپن، اسب طلایی تایوان و … شده است.

وی چهارمین جشنواره جهانی فیلم فجر به دبیری رضا میرکمیی از اول تا ششم اردیبهشت ماه اسامال در پردیس سینمایی جاسرو برگزار می‌شود.

برگزازی سمینار «عقلانیت معرفی ایمان»

انجمن علمی فلسفه دین سمینار عقلایت معرفی ایمان را با حضور دکتر ابراهیم آذینی عضو هیئت علمی دانشگاه شریف دوشنبه ۳۰ فروردین در دانشگاه الهیات برگزار می‌کند.

سمینار عقلایت معرفی ایمان با حضور دکتر ابراهیم آزادآگادان عضو هیات علمی دانشگاه شریف از ساعت ۱۲ تا ضلع شمال شرقی قاعظ مطهری و متفح دانشگاه الهیات سالن شهید مدنی ساختمان شماره ۳ طبقه چهارم برگزار می‌شود.

معاون آموزشی وزیر علوم از اتمام رتبه‌بندی دانشگاه‌های دولتی خبر داد و گفت: دانشگاه‌ها به چهار سطح تقسیم می‌شوند و نتایج نهایی بعد از تصفیه وزیر اعلام خواهد شد.

به گزارش ایسنا، دکتر مجتبی شریعتی نایس از نخستین‌کنگره آموزش عالی که در دانشگاه تربیت مدرس برگزار شد، با اشاره به چالش‌های آموزش عالی گفت: ارتقای کیفیت، ضرورت توجه به آموزش عالی و ارتقای اعضای هیات علمی جزو راهبردهای برطرف‌کردن چالش‌های آموزش عالی محسوب می‌شوند.

همچنین وزارت علوم باید تعامل بهتری با قوه مقننه داشته باشد که ابعاد این موضوع در سبتر نظام بودجهریزی کشور در دوره چهارم بهتر شود و روابط وزارت علوم با مجلس شورای اسلامی و کمیسیون آموزش عالی سازندتر باشد.

وی با بیان این که بیش از دو هزار و ۸۵۰ مرکز دانشگاهی در کشور وجود دارد، افزود: ۷۱ درصد این مراکز دولتی و ۲۹ درصد آنها غیردولتی هستند. همچنین بالغ بر ۷۵ هزار عضو هیات علمی در دانشگاه‌های کشور فعالیت می‌کنند که ۲۲ هزار نفر آنها در دانشگاه‌های دولتی و باقی در دانشگاه‌های غیردولتی مشغول به فعالیت هستند. شریعتی نایس با اشاره به رشد ۱۰ برابری تعداد دانشجویان در کشور از اوایل انقلاب گفت: رویکرد کشور در فراهم کردن بستر آموزش عالی برای همه افراد بوده است؛ اما این که چقدر توانستیم از این فارغ‌التحصیلان در جهت رفع مشکلات کشور بهره بگیریم، جای سوال دارد.

هم اکنون ۸۶ درصد دانشجویان در موسسات

وزیر ارشاد: حداکثر اعتبار بخش هنر به تئاتر اختصاص خواهد یافت



علی جنتی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در حاشیه بازدید از اجرای نمایش «بازار عاشقان» بیان کرد که اسامال به معاونت هنری دستور داده است تا حداکثر اعتبار هنر را به تئاتر اختصاص دهند.

به گزارش خبرگزاری مهر، علی جنتی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی شب گذشته ۲۶ فروردین ماه و در پایان اجرای نمایش «بازار عاشقان» به

وزیر بهداشت: کیارستمی تا ۱۰ روز دیگر ترخیص می‌شود

۱۳ فروردین ماه اسامال از کیارستمی گفت: در سیزدهم فروردین آقای جنتی که بر تماس گرفتند و من هم بعد از آن برای عیادت از آقای کیارستمی آمدم. البته همکاران‌انسان از قبل در بیمارستان را ترک نکردند. وزیر بهداشت پزشکی ایران و دکتر گوید، مدیر کل بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت که متخصص عفونی هستند، کارهایشان



را پیگیری می‌کردند. بعد از آن هم تیمی از همکاران ما در بیمارستان جم و تعدادی از همکاران‌مان مانند دکتر ظفرقندی، دکتر فاضل، دکتر خیرچی، دکتر نجفی، دکتر استقامتی و دکتر حادتی که در بیمارستان‌های تهران مشغولند باهم همکاری کردند. وی با بیان اینکه خوشحالیم که فرزند و برادرشان می‌بینیم مطمئنم

سطح‌بندی دانشگاه‌ها بعد از تصفیه وزیر اعلام خواهد شد

غیردولتی، ۲۵٫۹ درصد دانشجویان در دانشگاه آزاد اسلامی و ۶۳٫۱ درصد دانشجویان در دانشگاه پیامنور و غیره در حال تحصیل هستند که حدود ۵۹ درصد آنان در مقطع کارشناسی، ۱۵ درصد در مقطع کارشناسی ارشد و تقریباً دو درصد دانشجویان در مقطع دکتری تخصصی تحصیل می‌کنند.

معاون آموزشی وزیر علوم با بیان این که بیشترین جمعیت کارشناسی متعلق به رشته‌های علوم انسانی هستند، اظهار کرد: بیشتر دانشجویان در استان‌های تهران، اصفهان، خوزستان، فارس و مازندران مشغول به تحصیل هستند و استان‌های ایلام، خراسان شمالی و کهگیلویه و بویراحمد کمترین میزان دانشجویان را دارند. به همین دلیل یکی از رویکردهای وزارت علوم توجه بیشتر به استان‌های محروم است. شریعتی با اشاره به آمار ۹۴ سال گذشته اظهار کرد: در بین سال‌های ۸۴ تا ۹۴ اکثر دانشجویان در رشته‌های علوم انسانی مشغول به تحصیل بوده‌اند، به همین دلیل باید توجه ویژه‌ای به رشته‌های علوم پایه صورت بگیرد. تعداد دانشجویان در مقطع کارشناسی تا سال ۹۰ دارای یک شیب تند بود که از سال ۹۰ تا ۹۴ شیب یکپناخت شده است.

وی در ادامه با اشاره به جایگاه آموزش عالی ایران در بین کشورها گفت: ایران برای توسعه آموزش عالی، توجه به دو دسته کشورهای هدف و استراتژیک را در دستور کار خود قرار داده است. کشورهای هدف، کشورهایی هستند که از نظر جغرافیایی در محدوده کشور ما قرار داشته و تاثیر متقابل دارند و کشورهای استراتژیک کشورهایی هستند که ابعادپروژه توانپیم از توانمندی و پیشرفت علمی آنها بهره ببریم.

شریعتی با اشاره به نرخ ناخالص ثبت‌نام در

اخبار داخلی

وزیر علوم: مأموریت گرایي باید در دانشگاه‌ها مورد توجه قرار گیرد

تشددهای مالی که وجود داشت اقداماتی هم انجام شد. قدری از این اقدامات در بازسازی تئاتر شهر و توجه ویژه به احداث سالن تئاتر در برخی استان ها و تلاش ایجاد شده است. وی ادامه داد: اسامال نیز به معاونت هنری دستور داده ام که حداکثر اعتبار هنر را به تئاتر اختصاص بدهند. جنتی درباره نمایش «بازار عاشقان» نیز گفت: این تئاتر برای من خیلی زیبا بود، در طول دو سال و نیم که در این مسئولیت هستم و تئاترهای مختلف دیده ام این اثر یکی از بهترین تئاترها بود. به خصوص از نظر محتوا و شکل کار موزیکالی که داشت تئاتر جذاب و ارزنده ای بود. پرداختن به شخصیت‌های ادبی و تاریخی همچون مولانا ارزش بسیاری دارد.

علی جنتی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی، مهدی شفیعی مدیر کل هنرهای نمایشی، اردشیر صالح، فرهاد افشارزاده، پیمان شریعتی، منیره مجاهدی، محمد اسکندری، جهانگیر کوثری و جمعی از هنرمندان تئاتر پنجشنبه شب به تماشای نمایش «بازار عاشقان» به کارگردانی هادی مرزبان نشتند.

وزیر بهداشت: کیارستمی تا ۱۰ روز دیگر ترخیص می‌شود

است، ادامه داد: توجه به شرایط آقای کیارستمی وظیفه ما بوده و هست و خدا را شکر می‌کنیم که کیارستمی رو به بهبودی است. برایناساس آمدم. البته همکاران‌انسان از قبل در بیمارستان را ترک نکردند. وزیر بهداشت پزشکی ایران و دکتر گوید، مدیر کل بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت که متخصص عفونی هستند، کارهایشان

را پیگیری می‌کردند. بعد از آن هم تیمی از همکاران ما در بیمارستان جم و تعدادی از همکاران‌مان مانند دکتر ظفرقندی، دکتر فاضل، دکتر خیرچی، دکتر نجفی، دکتر استقامتی و دکتر حادتی که در بیمارستان‌های تهران مشغولند باهم همکاری کردند. وی با بیان اینکه خوشحالیم که فرزند و برادرشان می‌بینیم مطمئنم

قطع شده است. وضعیت کلیه او هم خوب است و شرایط تغذیه‌ای وی به وضع عادی بازشته، البته طبیعاًپیرامی که چندتودمردعمل جراحی برای گرفته و عمل‌های سنگینی را در این سمت تحمل کرده است، دوره نقاهتش چند ماه خواهد بود. اما با شرایطی کهسه از آقای کیارستمی، خانواده، فرزند و برادرشان می‌بینیم مطمئنم



وزیر علوم، تحقیقات و فناوری گفت: مأموریت‌گرایی و مأموریت‌گرایی باید

«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش عالی بپردازیم تا موانع و مشکلاتمان را برطرف سازیم.

عارف با بیان این که وظایف و مأموریت‌های آموزش عالی و دانشگاه‌ها در دو بخش از فرابخشی و بخشی قابل تقسیم است گفت: مهم‌ترین وظیفه دانشگاه و جایگاهش در این است که باید برای کشور اتفاق کفایت ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اگر بخواهیم شعارهای انقلاب

را محقق سازیم و رشد و تعالی که مدعده‌شده می‌کند باید به‌هم‌راست باید توجهی بیشتر به نیروی انسانی و دانشگاه‌ها داشته باشیم.

عارف اظهارداشت: رشدی‌پویه آموزش عالی و ضرورت توسعه‌مند رشد علمی، فقدان یک نظارت ازبایی قویتر بر آموزش عالی، پایین بودن سطح تعامل دانشگاه‌ها با دستگاه‌های اجرایی، بی‌توجهی به اقتصاد آموزشی، نبود انسجام لازم نظام آموزشی، مزبور آموزشی نظام آموزش و پرورش با نظام آموزش عالی نیز از جمله چالش‌های آموزش عالی در کشور به‌شمار می‌رود.

وی در ادامه با اشاره به دیپلماسی علمی گفت: نباید نگاه امنیتی به مسائل علمی داشته باشیم

و باید از دیپلماسی علمی توانمند به بهترین نحو ممکن برای خدمت به کشور استفاده کنیم.



«باید به دانشگاه‌ها توجه بیشتری شود

دکتر محمدرضا عارف ، عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در این کنگره اظهارداشت: متعقد به سبب نقشی که دانشگاه‌ها در تمامی امور دارد باید به آموزش عالی توجه بیشتری شود.

این عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: بار عظیمی از اجرایی‌شدن اقتصاد مقاومتی و تحقق شعار سال منظر رهبر انقلاب بر توسعه دانشگاه‌ها است. وی گفت: بر همین اساس باید به چالش‌های درونی آموزش

خطیب جمعه تهران: اولویت کنونی کشور مسائل اقتصادی است



سرویس سیاسی – اجتماعی: خطیب جمعه تهران، گفت: اگر می‌خواهیم در مقابل آمریکا و غرب بایستیم و اقتصاد مقاومتی داشته باشیم، نیازمند روحیه انقلابی هستیم.

به گزارش ایسنا،آیه‌الله احمد جنتی با تبریک روز ارتش و بیان این‌که ما یک نیروی زمینی مبارکی داریم، اظهار داشت: یکی از شاهکارهای امام‌راحل این‌بود که بر روی نیروهای نظامی تأثیر گذاشت و آنها را به گونه‌ای مستقل بار آورد و نمون و این نیروهای نظامی، امیر پورمدان(فرمانده نیروی زمینی) است.

وی افزود: خیلی از دنیا در حسرت نیروهای اسانی هستند که ما داریم و باید از این نیروهای اسانی نهایت بهره را ببریم، یکی دیگر از راههای رسیدن به اقتصاد مقاومتی صرفه‌جویی است. ما در سال ۱۰۰میلیارد تومان اتلاف انرژی داریم که برای رفع این معضل نیازمند روحیه انقلابی هستیم. جامعه‌ای که روحیه انقلابی دارد تسلیم و تحريم را نمی‌پذیرد. ما می‌توانیم در مقابل همه مشکلات بايستيم به شرط آن که روحیه انقلابی داشته باشیم.

وی در ادامه با بیان این‌که یک‌سک عده در سطح‌های بالا یا بخش‌هایی خصوصی تروت‌های کلان جامعه را به خارج از ایران می‌برند، اظهارداشت: تنها راهی که می‌شود این آنها مقابله کرد، روحیه انقلابی است. مقام معظم رهبری چنین بار فرموده‌اند که برخی از افراد این کشور به فکر افراد جامعه نفوذ کنند. ما باید خط نفوذ‌ها را بشناسيم و آنها را مشخص بدهيم. آمریکا از طریق تحصيلات و فرزندان برخی از پرتروشيمی‌ها در دادن امتيازات به آنها می‌خواهد بر جامعه ما نفوذ کند و باید با یک حرکت انقلابی در داخل و خارج مقابل نفوذ‌ها بایستيم.

خطیب جمعه تهران، تاکید کرد: تشنج و فراغ‌التحصیل زیادی در عرصه علم داریم ولی چرا باید تولید در این حد پایین باشد؟ جلو فاقای را باید بگیریم، پارچه، کفش و شوخ‌راکی از بیرون می‌آید و به همین دلیل کارخانه‌های ما تعطیل شده‌اند. برای رفع این معضل هم نیازمند روحیه انقلابی هستیم، این‌که رهبری فرمودند خیران باید انقلابی باشد یعنی همین انقلابی‌ها بودند که ۳۷ سال کشور را در مقابل همه‌های دشمنان سرپا نگه داشتند. چرا باید قدر سپاه پاسداران را بدانیم. سپاه خار چشم یک عده است.

جنتی در ادامه با بیان این‌که رهبری در ادامه هم به این اثر اشاره داشتند که حوزه‌های علمیه هم باید انقلابی باشند، افزود: یکی کل عده از طمع‌لها قری می‌کنند که اگر وارد حوزه علمیه بشوند، درس بخوانند و منجهد و بعد مرجع تقلید شوند کافی است. این‌که اگر گونه فکر کنند نمی‌توانند به مملکت خدمت بدهند. بلکه باید در همه مراحل کسب دانش روحیه انقلابی داشته باشند. وی در ادامه افزود: اکنون که انتخابات مجلس سیری شده است و برخی در آن رای آورده‌اند و برخی دیگر، نه باید بگویم اگر مجلس انقلابی نباشد نمی‌تواند به وظایف خود در نظام جمهوری اسلامی عمل کند. نمایندگان مجلس باید بر روی مسائل اقتصادی کار کنند

سرویس شهرستانها: امام جمعه موقت گفت: جمهوری اسلامی معتقد و مدعی پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی و به ویژه سلاح‌های هسته‌ای و شیمیایی است. به گزارش ایرنا،حجت‌الاسلام والمصلین علیرضا اعرافی در خطبه‌های نماز جمعه قم افزود: امروز ایران اسلامی در جایگاه متهم قرار نگرفته است و بر اساس فقه اسلامی هیچ‌گاه به‌سمت ساخت و استفاده از سلاح‌های کشتار جمعی حرکت نکرده است. وی افزود: جمهوری اسلامی ایران نسبت به سخنان بیهوده دشمنان کاملاً بی‌اعتنا بوده و دژهای مستحکم بران دفاع از کيان نظام

خطیب جمعه تهران: اولویت کنونی کشور مسائل اقتصادی است

و سایر امور فرعی را کنار بگذارند. چرا امام اطلاق در جامعه این همه کشور را یافته اینها درد است که نیازمند قانون هستند.

جنتی گفت: ما در عرصه‌های زیادی باید به اجرای قانون بپردازیم، اما در این راستا باید اولویت بندی داشته باشیم. اولویت اکنون جامعه ما مسائل اقتصادی و خشن کردن توطئه‌های دشمنان است. یک نماینده باید دشمن‌شناس و در این راستا بصیرت داشته باشد.

رهبر ما یک رهبر انقلابی است آستانه ۲۹ فروردین (روز ارتش) گفت: نیروهای اطلاعاتی ارتش و سپاه بر کوچک ترین فعالیت گروه های تکفیری اشرفا دارند و هر گونه تهدید آنان پشت مرزها نبود می‌شود.

امیر احمد رضا پورمدان افزود: ملت بزرگ ایران نگران نباشد، همه

وی افزود: خیلی از دنیا

جنتی با تبریک روز ارتش و بیان این‌که ما یک نیروی زمینی مبارکی داریم، اظهار داشت: یکی از شاهکارهای امام‌راحل این‌بود که بر روی نیروهای نظامی تأثیر گذاشت و آنها را به گونه‌ای مستقل بار آورد و نمون و این نیروهای نظامی، امیر پورمدان(فرمانده نیروی زمینی) است.

سرویس سیاسی – اجتماعی: خطیب جمعه تهران، گفت: اگر می‌خواهیم در مقابل آمریکا و غرب بایستیم و اقتصاد مقاومتی داشته باشیم، نیازمند روحیه انقلابی هستیم.

به گزارش ایسنا،آیه‌الله احمد جنتی با تبریک روز ارتش و بیان این‌که ما یک نیروی زمینی مبارکی داریم، اظهار داشت: یکی از شاهکارهای امام‌راحل این‌بود که بر روی نیروهای نظامی تأثیر گذاشت و آنها را به گونه‌ای مستقل بار آورد و نمون و این نیروهای نظامی، امیر پورمدان(فرمانده نیروی زمینی) است.

سرویس شهرستانها: امام جمعه موقت گفت: جمهوری اسلامی معتقد و مدعی پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی و به ویژه سلاح‌های هسته‌ای و شیمیایی است.

به گزارش ایرنا،حجت‌الاسلام والمصلین علیرضا اعرافی در خطبه‌های نماز جمعه قم افزود: امروز ایران اسلامی در جایگاه متهم قرار نگرفته است و بر اساس فقه اسلامی هیچ‌گاه به‌سمت ساخت و استفاده از سلاح‌های کشتار جمعی حرکت نکرده است.

وی افزود: جمهوری اسلامی ایران نسبت به سخنان بیهوده دشمنان کاملاً بی‌اعتنا بوده و دژهای مستحکم بران دفاع از کيان نظام

خطیب جمعه قم: ایران معتقد به پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی است

سرویس شهرستانها: امام جمعه موقت گفت: جمهوری اسلامی معتقد و مدعی پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی و به ویژه سلاح‌های هسته‌ای و شیمیایی است. به گزارش ایرنا،حجت‌الاسلام والمصلین علیرضا اعرافی در خطبه‌های نماز جمعه قم افزود: امروز ایران اسلامی در جایگاه متهم قرار نگرفته است و بر اساس فقه اسلامی هیچ‌گاه به‌سمت ساخت و استفاده از سلاح‌های کشتار جمعی حرکت نکرده است.

وی افزود: جمهوری اسلامی ایران نسبت به سخنان بیهوده دشمنان کاملاً بی‌اعتنا بوده و دژهای مستحکم بران دفاع از کيان نظام

خطیب جمعه قم: ایران معتقد به پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی است

سرویس شهرستانها: امام جمعه موقت گفت: جمهوری اسلامی معتقد و مدعی پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی و به ویژه سلاح‌های هسته‌ای و شیمیایی است.

به گزارش ایرنا،حجت‌الاسلام والمصلین علیرضا اعرافی در خطبه‌های نماز جمعه قم افزود: امروز ایران اسلامی در جایگاه متهم قرار نگرفته است و بر اساس فقه اسلامی هیچ‌گاه به‌سمت ساخت و استفاده از سلاح‌های کشتار جمعی حرکت نکرده است.

وی خطاب به سزمدردان کشورهای رنج‌جمع در منطقه گفت: آیا فکر نمی‌کنید اگر امروز عظمت و اقتدار ایران اسلامی

سرویس شهرستانها: امام جمعه موقت گفت: جمهوری اسلامی معتقد و مدعی پاکسازی جهان از سلاح‌های کشتار جمعی و به ویژه سلاح‌های هسته‌ای و شیمیایی است.

به گزارش ایرنا،حجت‌الاسلام والمصلین علیرضا اعرافی در خطبه‌های نماز جمعه قم افزود: امروز ایران اسلامی در جایگاه متهم قرار نگرفته است و بر اساس فقه اسلامی هیچ‌گاه به‌سمت ساخت و استفاده از سلاح‌های کشتار جمعی حرکت نکرده است.

وی خطاب به سزمدردان کشورهای رنج‌جمع در منطقه گفت: آیا فکر نمی‌کنید اگر امروز عظمت و اقتدار ایران اسلامی

دستور رئیس جمهوری برای تک رقمی شدن نرخ بیکاری در سال آینده

باید به ظرفیت‌هایی که خروجی آن نوآوری و کارآفرینی است، توجه شود.

معاون وزیر کار با اعلام اینکه نظام جامع اطلاعات بازار کار ایجاد می‌شود، گفت: براساس دستورالعملی که جمهوری نرخ بیکاری باید تا سال آینده تک رقمی شود. به گزارش مهر، عیسی منصوری با اعلام اینکه زمینه های ایجاد نظام جامع اطلاعات بازار کار از ابتدای سال در حال پیگیری است، افزود: برای ایجاد اشتغال زایی باید تا سال آینده تک رقمی شود. به گزارش مهر، عیسی منصوری با اعلام اینکه زمینه های ایجاد نظام جامع اطلاعات بازار کار از ابتدای سال در حال پیگیری است، افزود: برای ایجاد اشتغال زایی باید تا سال آینده تک رقمی شود. به گزارش مهر، عیسی منصوری با اعلام اینکه زمینه های ایجاد نظام جامع اطلاعات بازار کار از ابتدای سال در حال پیگیری است، افزود: برای ایجاد اشتغال زایی باید تا سال آینده تک رقمی شود.

معاون وزیر کار تاکید کرد: یکی از ظرفیت های که در مقایسه با دیگر زمینه ها سرعت و در نیمه

برابری اشتغال زایی دارد، طرح های با محوریت گردشگری است. به طور کلی شش ماه است طرح های گردشگری با محوریت گردشگری مذهبی و طبیعت گردی در استان

قانونگذاری کشور کمتر به ظرفیت های اشتغال توجه دارد؛ بنابراین

جزئیات طرح دولت برای هدفمندسازی یارانه گندم، آرد و نان تشریع شد.

مشاور معاون اجرایی رئیس جمهوری از حذف آرد پتروشمی به دو نرخ ۹۰۰ پرتیب برای صنف و صنعت و ۶۷۰ تومان برای خیازیه‌ها خبر داد و گفت: قیمت نان با حساسیت و احتیاط از سوی دولت افزایش می‌یابد. محسن بهرامی ارض‌قاسد در گفتگو با مهر با اشاره به طرح ملی دولت برای هدفمندسازی یارانه گندم، آرد و نان گفت: راهی برای جلوگیری از ضایعات نان و حمایت هدفمند از چرخه گندم، آرد و نان حتما آزادسازی خواهد بود و مادامی که از یک سمت به دلیل حمایت از کشاورزان و تولید داخلی، گندم با نرخ تضمینی که برای اسال ۱۳۵۰ تومان تعیین شده، خریداری شود و همان زمان، گندم در بازارهای جهانی قیمتی حدود ۷۵۰ تومان داشته باشد، اصلاح این چرخه انجام نخواهد پذیرفت. وی افزود: از سوی دیگر، این گندم برای تبدیل شدن به آرد، به آسیاب‌ها داده می‌شود، در حالی که ظرفیت آسیاب‌های کشور برابر میزان گندم موجود و به واسطه نیاز است، به این معنا که ۳۰ میلیون تن ظرفیت آسیابانی در مقابل ۱۰ میلیون تن ظرفیت گندم در کشور وجود دارد و بنابراین دولت مجبور به مداخلات است و باید قیمت‌هایی را برای تبدیل گندم به آرد ارایه دهد که مشکل آسیابان‌ها هم حل شود. اما این تمام کار نیست، بلکه در

بقیه از صفحه ۲
رئیس جمهوری همچنین بر همکاری و رایزنی‌های تهران – داکار در موضوعات بین‌المللی از جمله امنیت منطقه و شمال آفریقا تاکید کرد.دو تقویت وحدت اسلامی را وظایف مهم سازمان همکاری اسلامی در شرایط کنونی دانست و ادامه داد: امروز دشمنان مسلمانان در صدد ایجاد توطئه‌ای برای هضم شدن و به واسطه آن یک سو اختلاف و تفرقه را در جهان اسلام گسترش می‌دهند و از سوی دیگر گروه‌های تروریستی مدعی اسلام را مورد استفاده ابزاری قرار می‌دهند.

رئیس جمهوری سخنگال هم با ابراز علاقه مثبت کشورش بر توسعه روابط مستحکم با ایران، خواستار حضور میات‌های اقتصادی کشورمان در سنگال شد.

لیست ممنوعیت ورود کالا‌های با توان تولید داخلی به ستاد فرماندهی اقتصاد مقاومتی ارسال می شود

حجم مبادلات تجاری ایران و ایتالیا که پارسل حدود یک میلیارد و ۴۰۰ میلیون یورو بوده، به حجم قبل از تحریم ها یعنی حدود ۷ میلیارد یورو باز می‌گردد. به گزارش مهر، محمدرضا نعمت‌زاده وزیر صنعت، معدن و تجارت در برنامه تیر شب شبکه خبر، حیات همراه نخست‌ وزیر ایتالیا را چهارمین حیات ایتالیایی در دوران عطفی کشورمان را ترک نکردند و البته برخی علاقه‌های عاطفی و ارتباطی هم میان دو کشور وجود دارد، به نحوی که پیمانکاران ایتالیایی پس از انقلاب و حتی در دوران جنگ طرح های مختلفی را در ایران در زمینه های مختلف از جمله فولاد مبارکه و صنعت نفت و گاز انجام دادند و دانش فنی را هم منتقل کردند.

وی با اشاره به اینکه ایتالیا پیش از تحریم‌ها یکی از شرکای بزرگ اقتصادی ایران با حدود شش تا هفت میلیارد یورو مبادله تجاری به شمار می‌رفت، افزود: آنها حتی در دوران عطفی کشورمان را ترک نکردند و البته برخی علاقه‌های عاطفی و ارتباطی هم میان دو کشور وجود دارد، به نحوی که پیمانکاران ایتالیایی پس از انقلاب و حتی در دوران جنگ طرح های مختلفی را در ایران در زمینه های مختلف از جمله فولاد مبارکه و صنعت نفت و گاز انجام دادند و دانش فنی را هم منتقل کردند.

وزیر صنعت، معدن و تجارت تصریح کرد: سه فاز پارس جنوبی را پیمانکاران ایتالیایی با کمک پیمانکاران ایرانی به پایان رساندند. به همین دلیل، حدود ۳۰ سند در سفر رئیس جمهوری کشورمان به ایتالیا امضاء شد و در سفر آخری نخست‌ وزیر ایتالیا به کشورمان هم ۱۸ سند امضاء شد؛ اما آنچه که امضاء شد در زمینه ایجاد ساخت تجهیزات بیمارستان، همکاری در توسعه زیرساخت‌های فرودگاه، نیروگاه‌های با انرژی تجدیدپذیر و بادی و خورشیدی و همچنین در سایر صنایع از جمله فولاد مخصوص بود.

وی گفت: برای ساخت شش آل‌آت مخصوص صنعت نفت، گاز و پتروشیمی سندی در سفر رئیس جمهوری به ایتالیا امضاء شد که اکنون کار ساخت کارخانه آن در اطراف تهران توسط ایتالیایی‌ها آغاز شده و این در شرایطی صورت گرفت که کمیسیون مشترک ایران و ایتالیا حدود ۱۰ سال بود که تعطیل بود و قرار شد دوباره تشکیل شود که چند ماه دیگر نخستین جلسه آن برگزار می‌شود.

این عضو کمیته دولت اظهار داشت: حدود ۱۰ مورد از اسناد امضاء شده در سفر رئیس جمهوری کشورمان به ایتالیا مربوط به فعالیت‌های اقتصادی و سرمایه‌گذاری است و بود و این تعداد تاکنون هشت مورد عملیاتی شده است؛ ضمن اینکه طراحی و ساخت دستگاه‌های دیالیز پیشرفته که اکنون از خارج وارد می‌شود، از دیگر توافقات دو کشور بوده و قرار شد یکی از شرکت‌ها با ایتالیایی‌ها حضور در ایران و سرمایه‌گذاری مشترک این دستگاه

وزیر صنعت و معدن و تجارت همچنین گفت: در زمینه پتروشیمی با شرکت پژو از اسفند کار را آغاز کردیم و تیم فرانسوی اکنون در حال همکاری با یک یوده مشترک ۵۰ به

میرود. ضمن اینکه برای ارتقای توان بازرسی فنی خودرو با یک گروه متخصص اتریشی توافق نامه امضاء کردیم و تا تجاریشنشان را به کشورمان منتقل و اطلاعاتمان را به روز کنیم.

اعضای اوپک (به غیر از لیبی و گابن) و کشورهای تولید کننده نفت غیر عضو اوپک (به غیر از کانادا، آمریکا و نروژ) در مجموع ۷۵ کشور به همراه دیگر کل اوپک فردا در نشست در شهر دوحه قطر گردهم خواهند آمد تا طرح پیشنهاد شده فریز نفتی (حفظ سقف تولید نفت در سطح ژانویه ۲۰۱۶) در بررسی کنند.

کارگاه‌های کشور آموزش دعیم، گفت: ایمن آموزش‌ها معطوف به نحوه کنترل سیستم‌های ایمنی و اقدامات پیشگیرانه است که به صورت رایگان از طریق وزارت کار و رفاه اجتماعی کار وزیر تعاون، معاون روابط کار و وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی به پاسخ به این سؤال که برای جلوگیری از ریزش نیروی کار و تعدیل چه اقداماتی انجام شده است، گفت: در این زمینه قوانینی که مانع از تولید کشور هستند راه به طور کلی حفر کرده‌ام و شخصا دستور لغو بخشنامه‌ها و دستورالعمل‌های ضد تولید را صادر کرده‌ام.

وی با اعلام این خبر که در سال ۹۴ مانع از ریزش ۶۰۰ هزار فرصت شغلی شده‌ام، گفت: در این میان برخی مشاغل هم از دست رفتند. اما

تومان اجرا رفت تا مردم نان را آزاد بخزند. اما بعد از عبور از این مرحله که با نارضایتی‌هایی همراه بود، سه سال اجازه افزایش قیمت این کالا داده شد.

رئیس کل بانک مرکزی افزود: اگر اقدامات اخیر علیه ایران منجر به روبرایی ایران با بانک های بین المللی شود، توافق هسته ای شکست خواهد خورد. رئیس کل بانک مرکزی ایران که برای شرکت گندم جبران شد و امروز با جهش قیمت خرید تضمینی مواجه هستیم، به نحوی که در دو سال گذشته قیمت گندم داخلی را از ۶۰۰ تومان به ۱۳۰۰ تومان رساند که در برابر افزایش آن تجربه کرده است. وی تأمین نان مصرفی مردم از طریق واحدهای نان صنعتی بزرگ در کشور را یکی از پروژه‌های بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

آگهی تجدید مزایده عمومی (نوبت اول)

ها را در کشورمان تولید کند. وی درباره جزئیات شش سندی که هفته گذشته میان ایران و ایتالیا امضاء شد، گفت: همکاری‌های محیط زیستی، گردشگری، نیروگاه‌ها و انرژی‌های تجدید پذیر، همکاری در زمینه برگزاری نمایشگاه‌های ملی، علمی، راه آهن و تولید فولاد مخصوص شش صنایع بین المللی، اضافه کرد: تصمیمات این نشست به منظور مسلمانان در باره پیشرفت، رفاه، عدالت و صلح امیدواری داده است.

ضدابرائی در بیانیه پایانی این اجلاس و در اعتراض به بیانیه صورت گرفته است.

همزمان با برگزاری اجلاس سازمان همکاری‌های اسلامی در استانبول، برخی شرکت‌کنندگان در این اجلاس از جمله عربستان سعودی و ترکیه تلاش کرده‌اند تا ایران را به حمایت از قطع‌ترسیم کنند.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

دستور رئیس جمهوری برای تک رقمی شدن نرخ بیکاری در سال آینده

باید به ظرفیت‌هایی که خروجی آن نوآوری و کارآفرینی است، توجه شود.

معاون روابط کار و وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی به پاسخ به این سؤال که برای جلوگیری از ریزش نیروی کار و تعدیل چه اقداماتی انجام شده است، گفت: در این زمینه قوانینی که مانع از تولید کشور هستند راه به طور کلی حفر کرده‌ام و شخصا دستور لغو بخشنامه‌ها و دستورالعمل‌های ضد تولید را صادر کرده‌ام.

وی با اعلام این خبر که در سال ۹۴ مانع از ریزش ۶۰۰ هزار فرصت شغلی شده‌ام، گفت: در این میان برخی مشاغل هم از دست رفتند. اما

تومان اجرا رفت تا مردم نان را آزاد بخزند. اما بعد از عبور از این مرحله که با نارضایتی‌هایی همراه بود، سه سال اجازه افزایش قیمت این کالا داده شد.

رئیس کل بانک مرکزی افزود: اگر اقدامات اخیر علیه ایران منجر به روبرایی ایران با بانک های بین المللی شود، توافق هسته ای شکست خواهد خورد. رئیس کل بانک مرکزی ایران که برای شرکت گندم جبران شد و امروز با جهش قیمت خرید تضمینی مواجه هستیم، به نحوی که در دو سال گذشته قیمت گندم داخلی را از ۶۰۰ تومان به ۱۳۰۰ تومان رساند که در برابر افزایش آن تجربه کرده است. وی تأمین نان مصرفی مردم از طریق واحدهای نان صنعتی بزرگ در کشور را یکی از پروژه‌های بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

آگهی تجدید مزایده عمومی (نوبت اول)

ها را در کشورمان تولید کند. وی درباره جزئیات شش سندی که هفته گذشته میان ایران و ایتالیا امضاء شد، گفت: همکاری‌های محیط زیستی، گردشگری، نیروگاه‌ها و انرژی‌های تجدید پذیر، همکاری در زمینه برگزاری نمایشگاه‌های ملی، علمی، راه آهن و تولید فولاد مخصوص شش صنایع بین المللی، اضافه کرد: تصمیمات این نشست به منظور مسلمانان در باره پیشرفت، رفاه، عدالت و صلح امیدواری داده است.

ضدابرائی در بیانیه پایانی این اجلاس و در اعتراض به بیانیه صورت گرفته است.

همزمان با برگزاری اجلاس سازمان همکاری‌های اسلامی در استانبول، برخی شرکت‌کنندگان در این اجلاس از جمله عربستان سعودی و ترکیه تلاش کرده‌اند تا ایران را به حمایت از قطع‌ترسیم کنند.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

سیف: آمریکا و اتحادیه اروپا باید به تعهدات توافق هسته‌ای عمل کنند

رئیس کل بانک مرکزی ایران در سخنرانی خود در شورای روابط خارجی آمریکا بر لزوم انجام تعهدات آمریکا و اتحادیه اروپا براساس توافق هسته ای میان ایران و گروه ۵+۱ تاکید کرد.

به گزارش فارس، ولی الله سیف رئیس بانک مرکزی ایران که به واشنگتن سفر کرده است در شورای روابط خارجی آمریکا حضور یافت و درباره مسائل اقتصادی مربوط به توافق هسته ای سخنرانی کرد.

وی در سخنرانی خود تاکید کرد که آمریکا و اتحادیه اروپا باید به تعهدات خود براساس توافق هسته‌ای عمل کنند و اقدامات لازم را برای رفع تحریم‌ها در چارچوب این توافق انجام دهند.

سیف تاکید کرد: باید به ایران اجازه استفاده از سیستم مالی آمریکا و امکان‌لنس ترانزاکشن مالی‌های ایران به سیستم مالی آمریکا(UTum) داده شود.

رئیس کل بانک مرکزی افزود: اگر اقدامات اخیر علیه ایران منجر به روبرایی ایران با بانک های بین المللی شود، توافق هسته ای شکست خواهد خورد. رئیس کل بانک مرکزی ایران که برای شرکت گندم جبران شد و امروز با جهش قیمت خرید تضمینی مواجه هستیم، به نحوی که در دو سال گذشته قیمت گندم داخلی را از ۶۰۰ تومان به ۱۳۰۰ تومان رساند که در برابر افزایش آن تجربه کرده است. وی تأمین نان مصرفی مردم از طریق واحدهای نان صنعتی بزرگ در کشور را یکی از پروژه‌های بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

فرمانده در پاسخ به این سؤال که در دولت گذشته هم هدفمندسازی گندم، آرد و نان اجرایی شد و علیرغم گرانی دو مرحله‌ای نان، اما کیفیت به شدت افت کرد؟ گفت: در دولت قبل بارانه، بهترین کار، آزادسازی کامل چرخه است. اما به دلیل تأثیر جدی که نان در سبد هزینه‌ای و رفاهی خانوار دارد، این تصمیمات در دولت‌ها همواره با احتیاط اتخاذ شده است.

رکورد صادرات پتروشیمی به اروپا شکسته شد

یک مقام مسئول از کشورهای آمریکای جنوبی، آفریقا و اقیانوسیه به عنوان سه بازار ناظهور صادرات محصولات پتروشیمی ایران در پساتحریم یاد کرد و گفت: رکورد صادرات پتروشیمی به اروپا شکسته شد.

علی محمد بسحاق زاده در گفتگو با مهر از هند، چین و کشورهای آسیایی به عنوان بازارهای سنتی صادرات پتروشیمی ایران نام برد و افزود: با این وجود متنی سازی بازارهای صادراتی یکی از سیاست‌های صنعت پ

تجربه‌های عرفانی

حجت‌الاسلام والمسلمین سیدحسن خمینی

اشاره: به همت «انجمن عرفان اسلامی ایران»، اخیراً کتاب مهمی در شرح و بسط مقدمه قیصری بر فصوصالحکم ابن‌ربی به چاپ رسیده‌است. در یکی از سفرها به لندن، در سالیانی نه‌چندان نزدیک، دکتر سعید شهابی (حفظه‌الله) خبر داد که شیخ حسن ترابی پس از سفر حج، به انگلستان آمده و در نزد بردارد دانشجوی عرب است. همراه او به دیدن شیخ رفته که طبق معمول با لینخد و خوشرویی و برخوردی محترمانه و مؤدبانه به استقبال آمد، و این در واقع روش عملی آموزش به دانشجویان بود که با پیروان و اصحاب حوزه و دانشگاه، یادگار ارجمند است راحل^(۱). حجت‌الاسلام والمسلمین سیدحسن خمینی است. بر این کتاب علاوه بر مقدمه کوتاه ابن بزگوار، استاد دانشمند جناب حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر علی‌

شیخ‌الاسلامی نیز مقدمه‌ای نگاشته‌اند که در ذیل از نظر خوانندگان گرامی می‌گذرد.

«و لقد وصلنا لهم القوم لعلهم یذکرون»^۱

بیشک تجربه‌های عرفانی، مهم‌ترین و با یکی از با اهمیت‌ترین دستاوردهای بشر در طول زندگی آدمیان بوده است؛ تجربه‌ای نام که نبوت و ولایت تائمه الهیه است و تجربه‌ای ناقص که هرکس به نوعی آن را شهود کرده‌است. یافته‌های این تجربه اگرچه گفتنی نبودند، ولی انسانیت انسان را ساخته‌اند؛ پس غلط نیست اگر بگوییم فصل ممیزه آدمی، نه تلقی یا اراده، بلکه همین ارتباط یافتن با حوزه‌ای فراتر از ماده است.

شهود عارفان البته مطابق با خاستگاه ایشان ترجمه شده است و بعضاً رنگ عشق و محبت، و گاه طعم خوف و عظمت یافته است. گاهی نیز «صیغه‌الله» بر جان ولی‌الله اعظم نشسته و جوهرهٔ دین و آیین یافته است و جهانی را به خویش معطر کرده است. تاریخ انسان بدون آنچه ادیان برای آدمی به ارمغان آورده‌اند، زشت بی‌یتاسب و آمیخته با خشونت است و این وحی‌های الهی بوده است که جهان انسانی را به تکامل رسانده و بدان رنگ دیگر داده است.

اسلام که به نور پیامبر عظیم‌الشان ماس^۲ آراسته است، نمونه کامل این امر است و تشیع که گوی رداۃ عرفان اسلامی بر قامت آن دوخته است، تکمیل این کمال اولیه بوده است. عرفان اسلامی نتیجه‌ای جز شیعی شدن نداشته و این مقصد، تنها هدف برای مسیر سخت تجربه‌های عرفانی و شهودهای روحانی بوده است. هر کس اندکی در این بحر موج سیر کند، به تعین می‌یابد که این ردا جز بر اندام اندیشه شیعه و کلام امامیه راست نمی‌آید و از این روست که می‌توان گفت این آب گوارا، حتی اگر از سنگلاخ نیز جریان یافته باشد، جز در دریای عصمت فرزندان پیامبر^(۳) آرام نمی‌گیرد. ولایت تائمه انسان کامل، حقیقت محمدی^(۴)، وجود منبسط و... تنها در ظرف کلامی شیعه امکان تطابق با دستگاه فکری اسلامی را داراست و از دیگر سو، عصمت کبری، واسطه فیض، ولایت الهیه، علم تائمه اام و... جز در نظام فکری عرفان نظری تعریف فلسفی و عقلانی نمی‌یابد. از این روست که عرفان، حتی اگر نه به ظاهر، شیعه است و می‌توان گفت عارفان حتی اگر خود نگفته‌اند، بر این آیین بوده‌اند.

«مقدمه قیصری» بر شرح «فصوصالحکم» ابن‌عربی، کتابی است که در علم عرفان نظری تدریس می‌شود و از بهترین و کامل‌ترین تلاش‌ها در جهت انسجام منطقی و عقلی مباحث عرفانی است. نگارنده از آذرماه سال ۹۱ تا اسفندماه سال ۱۳۹۲ با جمعی از دوستان به این کتاب اشغال داشته است. آنچه پیش روی شماست، تلاش باردم جناب حجت‌الاسلام والمسلمین سیدمحمود صادقی در تنظیم این مباحث است. قلم قبوا و احاطه ستودنی ایشان بر زبان فارسی، ترجمه خوب و ارزشمندی از متن قیصری به دست داده است و توان علمی و حوصله قابل تحسین وی، شرح و بسط مناسبی از آنچه در این حوزه گفته شده، گرد آورده است. در طول مدت نزدیک به چهار سال تلاش ایشان در تنظیم و نگارش این کتاب که «**تحریر توحید**» نام گرفته است، بارها متن بین ما در رفت و آمد بود و نکاتی از آن حک و اصلاح شد. ضمن اینکه باید در این میان از «پیشگفتار» محققانای که بر کتاب نوشته‌اند، هم یاد کنم که در جای خود نکات خوبی را بر دراد.

اما اینکه در نظر اهل معرفت به لطف بنشیند و توشاهی باشد برای آنکه در محضر خدای تبارک و تعالی نقش بال ملخی را ایفا کند. در پایان به روح مطهر امام بزگوار درود می‌فرستم که از سرآمدان این عرصه بود.

ولله الحمد و لا آخرا

سیدحسن خمینی

قّم، سوم محرم‌الحرام ۱۳۳۷ – ۲۵ مهرماه ۱۳۹۴

پی‌نوشت:

۱. «برای ایشان سخن را پیوسته ساختیم؛ باشد که پند گیرند.» (سوره قصص، آیه ۵۱)

سرچشمه زلال معنویت

ماجرای پایان ناپذیر عرفان اسلامی با حضور شخصیتی بزرگ و متعالی همچون محیی‌الدین ابن‌عربی در نظر اهل معرفت و وجود آثاری او چنان توجه همه جانبیه جانبیکاران و مکتب را به خود جلب کرد که عده بسیاری از صاحب‌نظران و عرفانشناسان بزرگ به شناخت و شناساندن آثار و افکار وی گرایش یافتند و به شرح و بسط و ترجمه و تعلیق و تحشیه کتب و آثار او پرداخته، از این راه بر سرمایه‌های کلان و دخر و ذخیره‌های فراوان مشرب عرفان افزوده‌اند.

داود قیصری از شخصیت‌های بنام و شناخته‌شده‌ای است که با علاقه و احترام زیاد به استاد، به تحقیق و تحلیل آثار محیی‌الدین پرداخت و شرحی بر «فصوصالحکم» او نوشت که «شان کتاب درسی» یافت و به مرجعی در درس و بحث عرفان نظری تبدیل گردید؛ به خصوص که این شارح محقق، برای روشنگری و آشناسازی شاگردان و شیفنگان شیخ اکبر، به نگارش مقدمه‌ای پرداخت که به دلیل بر در داشتن رنوس و اهیات مباحث، از آن روز تا کنون با استقبال محققان و مدرسان مواجه گردید، و کتاب ارزنده‌ای که هم اکنون پیش رو دارید، از همین دست است. مؤلف متصّلع و مدرس متّبع ابن کتاب، حید شریف امام و نور چشم است و نماد علم و معرفت، از آیت فکر و قفاقت، عزیز عاقلیدر حلاج سیدحسن خمینی (دامت برکاته) است که به تدریس و شرح و بسط عالمانه این مقدمه پرداخته‌اند و تقریرات درس ایشان به سبک از شاگردان ممتازشان به رشته تحریر درآمده و کتاب حاضر را فراهم آورده است.

در این نوشته کوتاه لازم است به این نکته توجه دهم که انجمن علمی عرفان اسلامی که اکنون وظیفه انتشار کتاب «تحریر توحید» را بر عهده گرفته، بیش از ده سال پیش تأسیس گردید و با اهداف ارزنده و ارجمندی نشان نهاده شد تا به شناخت و شناساندن عرفان ناب اسلامی و شخصیت‌های برجسته و نامدار آن بپردازد و با اصحاب علم و مؤلفان و مربیان این مشرب تنجیل و تحریک کند، و به تحقیق و تتبع در آثار و مآثورات عرفان مبادرت ورزد و برنامه‌ای اهلی عرفان اسلامی را از سرچشمه زلال معنویت، و اسرار و رموز ولایت سیراب، و به گنجینه‌های حکمت و حقیقت آشنا سازد و چراغ روشن راه راهبان این مکتب باشد؛ و البته همه مکتب‌های «عرفان‌خوانده» دروغین و دودخی را دفع، رد و طرد کند و محور اصلی کار علمی خود را چاب و نشر مآثورات عرفان ناب قرآنی و ولایی قرار دهد که «حسن مطلع» این کار درست و وظیفه بسیار مهم و خطیر، تعهد به چاپ و نشر کتاب «تحریر توحید» است.

ریاست و هدایت انجمن نیز بر عهده بانوی دانشمند و بنام، سرکار خاتم دکتر فاطمه طباطبایی است که سالهای تحصیل و تحقیق و تدریس خود را در همین راه دنبال کرده و بحمدالله موفق هم بوده است.

این جانب ضمن تشکر خاص در نشر کتاب «تحریر توحید» توقیفات همگان را از خدای نشان آرزومندم و ابیدوام که اعتماد و اولویت انجمن، همچنان انتشار این گونه کتب عرفانی و معنوی باشد تا کام لب‌نشنگان شراب سیر و سلوک را در نظر و عمل سیراب سازد. ان‌شاء الله تعالی

دکتر علی شیخ‌الاسلامی، استاد دانشگاه تهران بهمن ۱۳۹۴ – ربیع‌الثانی ۱۳۳۷

«المسلم بین الوجدان و السلطان» متن چاپ شده یکی از سخنرانی‌های دکتر حسن عبدالله ترابی، از رهبران فکری حرکت اسلامی سودان است که در یکی از مؤتمرات آن را ایراد کرده و در «لندن» توسط «دارالصحووللشر» (MILKwood Road) به شکل رساله‌ای مستقل به چاپ رسیده‌است. در یکی از سفرها به لندن، در سالیانی نه‌چندان نزدیک، دکتر سعید شهابی (حفظه‌الله) خبر داد که شیخ حسن ترابی پس از سفر حج، به انگلستان آمده و در نزد بردارد دانشجوی عرب است. همراه او به دیدن شیخ رفته که طبق معمول با لینخد و خوشرویی و برخوردی محترمانه و مؤدبانه به استقبال آمد، و این در واقع روش عملی آموزش به دانشجویان بود که با پیروان و اصحاب مذاهب دیگر چگونه باید رفتار کنند. استاد دکتر ترابی به معرفی این جانب به دانشجویان به عنوان «یکی از اخوان اصحاب فکر و هدف» در ایران، پرداخت و آرزو کرد که پیروزی اسلام در ایران سراغز پیروزی همه مسلمانان در دیگر کشورهای اسلامی باشد...

ترابی در آن جلسه برادرانه چند ده نفری، از امام‌خمینی^(۱)

بیشک تجربه‌های عرفانی، مهم‌ترین و با یکی از با اهمیت‌ترین دستاوردهای بشر در طول زندگی آدمیان بوده است؛ تجربه‌ای نام که نبوت و ولایت تائمه الهیه است و تجربه‌ای ناقص که هرکس به نوعی آن را شهود کرده‌است. یافته‌های این تجربه اگرچه گفتنی نبودند، ولی انسانیت انسان را ساخته‌اند؛ پس غلط نیست اگر بگوییم فصل ممیزه آدمی، نه تلقی یا اراده، بلکه همین ارتباط یافتن با حوزه‌ای فراتر از ماده است.

شهود عارفان البته مطابق با خاستگاه ایشان ترجمه شده است و بعضاً رنگ عشق و محبت، و گاه طعم خوف و عظمت یافته است. گاهی نیز «صیغه‌الله» بر جان ولی‌الله اعظم نشسته و جوهرهٔ دین و آیین یافته است و جهانی را به خویش معطر کرده است. تاریخ انسان بدون آنچه ادیان برای آدمی به ارمغان آورده‌اند، زشت بی‌یتاسب و آمیخته با خشونت است و این وحی‌های الهی بوده است که جهان انسانی را به تکامل رسانده و بدان رنگ دیگر داده است.

اسلام که به نور پیامبر عظیم‌الشان ماس^۲ آراسته است، نمونه کامل این امر است و تشیع که گوی رداۃ عرفان اسلامی بر قامت آن دوخته است، تکمیل این کمال اولیه بوده است. عرفان اسلامی نتیجه‌ای جز شیعی شدن نداشته و این مقصد، تنها هدف برای مسیر سخت تجربه‌های عرفانی و شهودهای روحانی بوده است. هر کس اندکی در این بحر موج سیر کند، به تعین می‌یابد که این ردا جز بر اندام اندیشه شیعه و کلام امامیه راست نمی‌آید و از این روست که می‌توان گفت این آب گوارا، حتی اگر از سنگلاخ نیز جریان یافته باشد، جز در دریای عصمت فرزندان پیامبر^(۳) آرام نمی‌گیرد. ولایت تائمه انسان کامل، حقیقت محمدی^(۴)، وجود منبسط و... تنها در ظرف کلامی شیعه امکان تطابق با دستگاه فکری اسلامی

خود را به من اهدا کرد که رساله «المسلم بین الوجدان و السلطان» جرو آنها بود و در لندن ند به چاپ رسیده بود. او آرزو کرد که این رساله به زبان فارسی ترجمه و منتشر گردد و من پذیرفتم که این کار انجام دهم. پس از بازگشت به ایران، رساله را ترجمه کردم که متأسفانه کثرت کارها و اشتغالات رسمی و روزمره، مانع از چاپ و نشر آن گردید و رساله ترجمه‌شده، در میان اوراق در مکتبه حقیر مفقود

وقتی مسلمانان خواستار حکومت اسلامی می‌شوند، فقط به خاطر قانون نیست، بلکه به خاطر این است که حکومتی برپا شود که با نظام ارشاد عمومی، آنان را تربیت و تزکیه نماید و با ایجاد سرمنشق مناسب در زندگی عمومی، آنها را هدایت کند؛ سپس خواستار برقراری نظم و قانون می‌شوند

وقتی مسلمانان خواستار حکومت اسلامی می‌شوند، فقط به خاطر قانون نیست، بلکه به خاطر این است که حکومتی برپا شود که با نظام ارشاد عمومی، آنان را تربیت و تزکیه نماید و با ایجاد سرمنشق مناسب در زندگی عمومی، آنها را هدایت کند؛ سپس خواستار برقراری نظم و قانون می‌شوند

انگیزه‌های دینی در وجدان فرد مسلمان

در اسلام دین از حکومت جدا نیست و در آن جاذبه‌های دینی از هم ناگسستنی است. این جاذبه‌ها یا از درون فرد مسلمان به صورت انگیزش‌های نیر برخاسته است که جامعه است که همواره با یادآوری او را به معرفت امر می‌کند و از منکر بازمی‌دارد، یا به شکل دستورات و نواهی دینی است که حکومت بر او برقرار می‌سازد و با نظارت دقیق و کفیه‌های کارآمد بر او، اعمال می‌نماید. تمام اینها در آیین اسلام به یک اصل بازمی‌گردد و از یک قاعده سرچشمه می‌گیرد:ولی گاهی در زندگی مسلمانان شرایطی پیش می‌آید که حکومت اسلامی نیست؛ در این صورت مجزا «وجدان» هیچ کس به فریاد فرد مسلمان نمی‌رسد، صفاتی اینکه خود جامعه نیز ممکن است از اصول اسلام منحرف باشد.

از جمله جاذبه‌های دینی که مسلمان بنا بر وجدان با

معنای کتایی

تحریر توحید

شرح مقدمه داوود بن محمود قیصری بر فصوصالحکم ابن عربی
حجت‌الاسلام والمسلمین سیدحسن خمینی
تنظیم، تحقیق و نگارش: سیدمحمود صادقی
انتشارات انجمن علمی عرفان اسلامی ایران
چاپ اول:۱۳۹۴
جلد:۵هزار تومان
کتاب فصوصالحکم مهم‌ترین آثار عارف نامدار مردم هفتم هجری، ابن عربی (۳۸۵۶-۳۹۲۸) و از کتب مشهور تصوف و عرفان نظری است. فصوص جمع «فص» به معنای گنج است و فصوصالحکم گنج‌های حکمت معنا می‌دهد.

و حاوی ۲۷ فصل و فصل است که هر کدام مشتمل بر حکمت‌هایی است که به یکی از پیامبران نسبت داده شده است.
بر این اثر تا کنون دهها شرح نوشته شده که یکی از آنها شرح قیصری است و «**تحریر توحید**» شرح مقدمه قیصری است و در پی آن است که این پرده‌نشین عالم الفاظ را در حکمت و بر مرئی و منظر دلدادگان حقیقت هستی درآورد. مصنف علاوه این مقدمه، با بهره‌گیری از تبحر خیره‌کننده خود در حکمت، یافته‌های شهودی خود را در گسترش از اندیشه‌های حکمی و فلسفی پیچیده و بر مبانی استدلالی و برهانی استوار ساخته است، و این مسئله البته صعوبت افروز اندیشه‌های شهودی را با دشواری بیشتر مواجه ساخته است. از این رو شرح و تفصیل و گشایش گروه‌های موجود در این متن، همواره موضع همت اندیشمندان این استادیان فن بوده است. اساطین بزرگ معرفت هر یک در دوره‌های خاص، تدریس این کتاب را بر عهده می‌گرفته و با شرح، حواشی و تعنات خود، به آن چهره آن برمی‌گذاشت و گاه شرحی مبسوط بر آن می‌نگاشته؛ لیکن گذر زمان همراه ریا و تفسیر و تبیین را گویاتر و بهره‌گیری از حکمت و برای برداشتن تعقیدات و موانع موجود در مسیر فهم بهتر مسائل، هموارتر می‌کند. به این بیان «تحریر توحید» کوششی دیگر:یاره برای شرح و تفسیر مقدمه قیصری بر فصوصالحکم است که با ارج نهادن به تلاش نگارنده و بهره‌گیری از همت بلند آنان، جلویای تازه از این کتاب را

معارف

ایمان خود حرکت می‌کند، نخست عشق وی نسبت به خداوند متعال است. مسلمان خود را وابسته به چیزهای دنیوی می‌یابد و علاقه به اموری چون زن، فرزند و سیم و زر و دیگر متاع دنیا به چشمش زیبا می‌نماید؛ ولی تمام اینها را به خدای آفریدگار و بخشندهٔ نعمت‌ها وصل می‌سازد. بدین‌سان که عشق راستین خویش را در ذات باری‌تعالی قرار می‌دهد و علاقه به مال و متال دنیا را به صورت فرعی از عشق به خدا درمی‌آورد. بنابراین اگر به اطاعت از خدا پایبند شود، نخست به دلیل عشق به خدا و طلب رضای او بدان پایبند می‌شود؛ همان‌گونه که آدمی رضای معشوق را با اطاعت از سخن، دستور و اشاره او، جستجو می‌کند.

از دیگر جاذبه‌های دین برای مؤمن، سیاس او از خداست. مردم با حق‌شناسی آشنا هستند و دوست می‌دارند از هر کس که به آنان خوبی کند، تشکر نمایند؛ ولی مسلمان آگاه است که وجود او به خدا بازمی‌گردد و تمام نعمت‌هایی که به او می‌رسد، اساساً از ذات باری‌تعالی است و خوراک، پوشاک، نفس کشیدن، سلامت، موجودیت و

مسلمان بین وجدان و سلطان

به عنوان یک شخصیت برجسته الهی نام برد که طبق روایات، هر صد سال یک بار از طرف خداوند برای تجدید اسلام، به امت اسلامی به ارمغان داده می‌شود و گفت: دشمنان اسلام می‌گویند که انقلاب اسلامی ایران را «انقلابی شیعی» بنامند که اولاً انقلاب شیعی یعنی همان انقلاب اسلامی، چون تشیع یکی از مذاهب اسلامی است و مذاهب اسلامی در چهار مذهب مجلدو و محصور نمی‌شود و ثانیاً هدف انقلاب مهم است که وقتی پی‌نیمف هدف انقلاب اسلامی در ایران، تحقق همان هدفها و آرزوهای دیرینه مسلمانان و رهبران فکری جهان اسلام معاصر است، باید از آن پشتیبانی کنیم و من در همان آغاز امر، همراه چند نفر از برادران و رهبران حرکت‌های اسلامی، برای تأیید امر و اعلام پشتیبانی از انقلاب اسلامی به ایران رفتم و به دیدن امام خمینی

شناختم که سلوک و روش و محل اقامت درویشانه وی، ما را تحت تأثیر قرار داد و به طور حضوری دریافتیم که زندگی و مبارزه در راه خداوند... است. این جانب نیز ضمن تشکر از شیخ ترابی و تقدیر از همهضادها با انقلاب اسلامی و خدماتش در سودان، سخنانی کوتاه دربارۀ هرچه علم و معنوی امام خمینی که بسیار فراتر و والاتر از جنبه سیاسی ایشان است، بیان داشتم که مورد توجه حضار قرار گرفت و جلسه که با سرور و شادی همراه بود، پایان یافت.

در موقع خدا-حافظی، دکتر ترابی چند نمونه از کتاب‌های خود را به من اهدا کرد که رساله «المسلم بین الوجدان و السلطان» جرو آنها بود و در لندن ند به چاپ رسیده بود. او آرزو کرد که این رساله به زبان فارسی ترجمه و منتشر گردد و من پذیرفتم که این کار انجام دهم. پس از بازگشت به ایران، رساله را ترجمه کردم که متأسفانه کثرت کارها و اشتغالات رسمی و روزمره، مانع از چاپ و نشر آن گردید و رساله ترجمه‌شده، در میان اوراق در مکتبه حقیر مفقود

تجربه‌های عرفانی، مهم‌ترین و با یکی از با اهمیت‌ترین دستاوردهای بشر در طول زندگی آدمیان بوده است؛ تجربه‌ای نام که نبوت و ولایت تائمه الهیه است و تجربه‌ای ناقص که هرکس به نوعی آن را شهود کرده‌است. یافته‌های این تجربه اگرچه گفتنی نبودند، ولی انسانیت انسان را ساخته‌اند؛ پس غلط نیست اگر بگوییم فصل ممیزه آدمی، نه تلقی یا اراده، بلکه همین ارتباط یافتن با حوزه‌ای فراتر از ماده است.

شهود عارفان البته مطابق با خاستگاه ایشان ترجمه شده است و بعضاً رنگ عشق و محبت، و گاه طعم خوف و عظمت یافته است. گاهی نیز «صیغه‌الله» بر جان ولی‌الله اعظم نشسته و جوهرهٔ دین و آیین یافته است و جهانی را به خویش معطر کرده است. تاریخ انسان بدون آنچه ادیان برای آدمی به ارمغان آورده‌اند، زشت بی‌یتاسب و آمیخته با خشونت است و این وحی‌های الهی بوده است که جهان انسانی را به تکامل رسانده و بدان رنگ دیگر داده است.

اسلام که به نور پیامبر عظیم‌الشان ماس^۲ آراسته است، نمونه کامل این امر است و تشیع که گوی رداۃ عرفان اسلامی بر قامت آن دوخته است، تکمیل این کمال اولیه بوده است. عرفان اسلامی نتیجه‌ای جز شیعی شدن نداشته و این مقصد، تنها هدف برای مسیر سخت تجربه‌های عرفانی و شهودهای روحانی بوده است. هر کس اندکی در این بحر موج سیر کند، به تعین می‌یابد که این ردا جز بر اندام اندیشه شیعه و کلام امامیه راست نمی‌آید و از این روست که می‌توان گفت این آب گوارا، حتی اگر از سنگلاخ نیز جریان یافته باشد، جز در دریای عصمت فرزندان پیامبر^(۳) آرام نمی‌گیرد. ولایت تائمه انسان کامل، حقیقت محمدی^(۴)، وجود منبسط و... تنها در ظرف کلامی شیعه امکان تطابق با دستگاه فکری اسلامی

انگیزه‌های دینی در وجدان فرد مسلمان

در اسلام دین از حکومت جدا نیست و در آن جاذبه‌های دینی از هم ناگسستنی است. این جاذبه‌ها یا از درون فرد مسلمان به صورت انگیزش‌های نیر برخاسته است که جامعه است که همواره با یادآوری او را به معرفت امر می‌کند و از منکر بازمی‌دارد، یا به شکل دستورات و نواهی دینی است که حکومت بر او برقرار می‌سازد و با نظارت دقیق و کفیه‌های کارآمد بر او، اعمال می‌نماید. تمام اینها در آیین اسلام به یک اصل بازمی‌گردد و از یک قاعده سرچشمه می‌گیرد:ولی گاهی در زندگی مسلمانان شرایطی پیش می‌آید که حکومت اسلامی نیست؛ در این صورت مجزا «وجدان» هیچ کس به فریاد فرد مسلمان نمی‌رسد، صفاتی اینکه خود جامعه نیز ممکن است از اصول اسلام منحرف باشد.

از جمله جاذبه‌های دینی که مسلمان بنا بر وجدان با

پیش روی پویندگان حقیقت می‌آورد.

آنچه اکنون در صورت «تحریر توحید» جامه کتاب بر نر کرده است، نگارش، تحقیق و تنظیم درسه‌ای یادگار رانقلدر امام عظیم‌الشان^(۱). حجت‌الاسلام والمسلمین سیدحسن خمینی است؛ که در مدتی چند دهه سال پاید آمده است؛ به این معنی که ایشان دروس «مقدمه قیصری بر فصوصالحکم» را در طی حدود پانزده‌ماه به پایان رساندند. آنکه در این مقدمه، با بهره‌گیری از تبحر صادقی که همراه با تدریس استاد، کتاب نگارش کتاب را آغاز کرده بود، به ترجمه روان و مفهوم متن اصلی دست یازید و کوشید مطالب مطرح شده در درس را تا حد امکان یک‌کم و کاست، به همراه شرح مرژی متن قیصری و داده‌ضامیر به مراجع، به بازبینی مجدد استاد برساند و به این ترتیب کتاب حاضر را در دسترس علاقه‌مندان قرار دهد.

به افغان بسیاری از محققان مقدمه قیصری بر فصوصالحکم، در زمره بهترین کتابهای عرفان نظری برای آموزش اندیشهٔ اشعار کتایی است؛ اما شروح موجود بر این کتاب و نیز ترجمه‌های که از متن آن عرضه شده، به بهره‌گیری از این کتاب راجعند، یاری چندانی نمی‌رساند. افزون بر آنکه این شرح و ترجمه کامل متن، تاکنون در یک کتاب جمع نیامده بود. از این رو حجت‌الاسلام صادقی با راهنمایی استاد کوشید افزون بر شرح روشن و روان استاد، ترجمه‌ای مطلوب و تا حد توان بی‌نقصی از آن ارائه کند.

متن کتاب چنان که مترجم در مقدمه خود آورده، ترجمه مقایسه و مقابله سه نسخه است: نخست‌ای به تصحیح محمدحسن‌الحکیم نخسجه، مصحح مرحوم آیت‌الله سیدجلال‌الدین اششتیانی و نسخه مصحح آیت‌الله حسن‌زاده آملی که البته نسخه مهم است؛ آشتیانی نسخه مجروح بوده است. «تحریر توحید» افزون بر آنچه گذشت، تعلیقات ارزشمند امام‌خمینی^(۲) را جمع‌آوری و شرح بزرگان دیگر را نیز در خود جای داده است. این تعلیقات به دو صورت در کتاب درج شده است: بخشی در زمره مباحث کتاب جای گرفته؛ به این معنا که استاد معظم در طی تبیین و توضیح مباحث کتاب، این تعلیقات را مطرح می‌کرده و با تکیه بر آن، مباحث خود را عرصه می‌کردند. این بخش از تعلیقات در خود توضیح، دلیل بر عبارت استاد است. بخش دیگری از این تعلیقات نیز فراخون مباحث مطرح شده در توضیحات استاد، در پاورقی

معارف

می‌آیند و می‌روند، جوامع منحرف و اصلاح می‌شوند؛ ولی آنچه باعث جاودانگی دین می‌شود، به‌رغم اغواگرهای سرکوب، فروپاشی حکومت‌ها، بیگانگی مسلمان در جامعه غیراسلامی، این جاودانگی و این پایداری در برابر تمام این پدیده‌ها و دامنه‌ها به یادارنده‌های دین بازمی‌گردد که در «وجدان» فرد مؤمن استوار می‌یابد و هیچ باور دیگری با دین قابل مقایسه نیست.

مردم می‌پسندند میان اسلام و سوسیالیسم با اسلام و دمکراسی با اسلام و مکتب‌های گوناگون زندگی مقایسه‌ای به عمل آورند؛ برای تمام این نظامهای وضعی توان تقابل با اسلام را ندارند که اسلام به دلیل تأثیرگذاری شدید و نیرومند بر روان انسان از تمامی آنها جلوتر است؛ زیرا با جاذبه‌ها و دامنه‌های گسترده‌تر از تمام این نظام‌ها، انسان را در بر می‌گیرد. این نظام‌ها جز قوانین و ترتیبات ظاهری نیستند که در جامعه‌ای برپا می‌شوند و همین که حکومت بناگذارش ساقط شود، رنگ می‌یازد و ظاهرسازی‌ها از بین می‌رود، حال آنکه دین یک نظام اعتقادی، اخلاقی و رفتاری جاودان است که در هر حال با انسان می‌ماند.

مسلمان بین وجدان و سلطان

به عنوان یک شخصیت برجسته الهی نام برد که طبق روایات، هر صد سال یک بار از طرف خداوند برای تجدید اسلام، به امت اسلامی به ارمغان داده می‌شود و گفت: دشمنان اسلام می‌گویند که انقلاب شیعی یعنی همان انقلاب اسلامی، چون تشیع یکی از مذاهب اسلامی است و مذاهب اسلامی در چهار مذهب مجلدو و محصور نمی‌شود و ثانیاً هدف انقلاب مهم است که وقتی پی‌نیمف هدف انقلاب اسلامی در ایران، تحقق همان هدفها و آرزوهای دیرینه مسلمانان و رهبران فکری جهان اسلام معاصر است، باید از آن پشتیبانی کنیم و من در همان آغاز امر، همراه چند نفر از برادران و رهبران حرکت‌های اسلامی، برای تأیید امر و اعلام پشتیبانی از انقلاب اسلامی به ایران رفتم و به دیدن امام خمینی

شناختم که سلوک و روش و محل اقامت درویشانه وی، ما را تحت تأثیر قرار داد و به طور حضوری دریافتیم که زندگی و مبارزه در راه خداوند... است. این جانب نیز ضمن تشکر از شیخ ترابی و تقدیر از همهضادها با انقلاب اسلامی و خدماتش در سودان، سخنانی کوتاه دربارۀ هرچه علم و معنوی امام خمینی که بسیار فراتر و والاتر از جنبه سیاسی ایشان است، بیان داشتم که مورد توجه حضار قرار گرفت و جلسه که با سرور و شادی همراه بود، پایان یافت.

در موقع خدا-حافظی، دکتر ترابی چند نمونه از کتاب‌های خود را به من اهدا کرد که رساله «المسلم بین الوجدان و السلطان» جرو آنها بود و در لندن ند به چاپ رسیده بود. او آرزو کرد که این رساله به زبان فارسی ترجمه و منتشر گردد و من پذیرفتم که این کار انجام دهم. پس از بازگشت به ایران، رساله را ترجمه کردم که متأسفانه کثرت کارها و اشتغالات رسمی و روزمره، مانع از چاپ و نشر آن گردید و رساله ترجمه‌شده، در میان اوراق در مکتبه حقیر مفقود

تجربه‌های عرفانی، مهم‌ترین و با یکی از با اهمیت‌ترین دستاوردهای بشر در طول زندگی آدمیان بوده است؛ تجربه‌ای نام که نبوت و ولایت تائمه الهیه است و تجربه‌ای ناقص که هرکس به نوعی آن را شهود کرده‌است. یافته‌های این تجربه اگرچه گفتنی نبودند، ولی انسانیت انسان را ساخته‌اند؛ پس غلط نیست اگر بگوییم فصل ممیزه آدمی، نه تلقی یا اراده، بلکه همین ارتباط یافتن با حوزه‌ای فراتر از ماده است.

شهود عارفان البته مطابق با خاستگاه ایشان ترجمه شده است و بعضاً رنگ عشق و محبت، و گاه طعم خوف و عظمت یافته است. گاهی نیز «صیغه‌الله» بر جان ولی‌الله اعظم نشسته و جوهرهٔ دین و آیین یافته است و جهانی را به خویش معطر کرده است. تاریخ انسان بدون آنچه ادیان برای آدمی به ارمغان آورده‌اند، زشت بی‌یتاسب و آمیخته با خشونت است و این وحی‌های الهی بوده است که جهان انسانی را به تکامل رسانده و بدان رنگ دیگر داده است.

اسلام که به نور پیامبر عظیم‌الشان ماس^۲ آراسته است، نمونه کامل این امر است و تشیع که گوی رداۃ عرفان اسلامی بر قامت آن دوخته است، تکمیل این کمال اولیه بوده است. عرفان اسلامی نتیجه‌ای جز شیعی شدن نداشته و این مقصد، تنها هدف برای مسیر سخت تجربه‌های عرفانی و شهودهای روحانی بوده است. هر کس اندکی در این بحر موج سیر کند، به تعین می‌یابد که این ردا جز بر اندام اندیشه شیعه و کلام امامیه راست نمی‌آید و از این روست که می‌توان گفت این آب گوارا، حتی اگر از سنگلاخ نیز جریان یافته باشد، جز در دریای عصمت فرزندان پیامبر^(۳) آرام نمی‌گیرد. ولایت تائمه انسان کامل، حقیقت محمدی^(۴)، وجود منبسط و... تنها در ظرف کلامی شیعه امکان تطابق با دستگاه فکری اسلامی

انگیزه‌های دینی در وجدان فرد مسلمان

در اسلام دین از حکومت جدا نیست و در آن جاذبه‌های دینی از هم ناگسستنی است. این جاذبه‌ها یا از درون فرد مسلمان به صورت انگیزش‌های نیر برخاسته است که جامعه است که همواره با یادآوری او را به معرفت امر می‌کند و از منکر بازمی‌دارد، یا به شکل دستورات و نواهی دینی است که حکومت بر او برقرار می‌سازد و با نظارت دقیق و کفیه‌های کارآمد بر او، اعمال می‌نماید. تمام اینها در آیین اسلام به یک اصل بازمی‌گردد و از یک قاعده سرچشمه می‌گیرد:ولی گاهی در زندگی مسلمانان شرایطی پیش می‌آید که حکومت اسلامی نیست؛ در این صورت مجزا «وجدان» هیچ کس به فریاد فرد مسلمان نمی‌رسد، صفاتی اینکه خود جامعه نیز ممکن است از اصول اسلام منحرف باشد.

از جمله جاذبه‌های دینی که مسلمان بنا بر وجدان با

پیش روی پویندگان حقیقت می‌آورد.

آنچه اکنون در صورت «تحریر توحید» جامه کتاب بر نر کرده است، نگارش، تحقیق و تنظیم درسه‌ای یادگار رانقلدر امام عظیم‌الشان^(۱). حجت‌الاسلام والمسلمین سیدحسن خمینی است؛ که در مدتی چند دهه سال پاید آمده است؛ به این معنی که ایشان دروس «مقدمه قیصری بر فصوصالحکم» را در طی حدود پانزده‌ماه به پایان رساندند. آنکه در این مقدمه، با بهره‌گیری از تبحر صادقی که همراه با تدریس استاد، کتاب نگارش کتاب را آغاز کرده بود، به ترجمه روان و مفهوم متن اصلی دست یازید و کوشید مطالب مطرح شده در درس را تا حد امکان یک‌کم و کاست، به همراه شرح مرژی متن قیصری و داده‌ضامیر به مراجع، به بازبینی مجدد استاد برساند و به این ترتیب کتاب حاضر را در دسترس علاقه‌مندان قرار دهد.

به افغان بسیاری از محققان مقدمه قیصری بر فصوصالحکم، در زمره بهترین کتابهای عرفان نظری برای آموزش اندیشهٔ اشعار کتایی است؛ اما شروح موجود بر این کتاب و نیز ترجمه‌های که از متن آن عرضه شده، به بهره‌گیری از این کتاب راجعند، یاری چندانی نمی‌رساند. افزون بر آنکه این شرح و ترجمه کامل متن، تاکنون در یک کتاب جمع نیامده بود. از این رو حجت‌الاسلام صادقی با راهنمایی استاد کوشید افزون بر شرح روشن و روان استاد، ترجمه‌ای مطلوب و تا حد توان بی‌نقصی از آن ارائه کند.

متن کتاب چنان که مترجم در مقدمه خود آورده، ترجمه مقایسه و مقابله سه نسخه است: نخست‌ای به تصحیح محمدحسن‌الحکیم نخسجه، مصحح مرحوم آیت‌الله سیدجلال‌الدین اششتیانی و نسخه مصحح آیت‌الله حسن‌زاده آملی که البته نسخه مهم است؛ آشتیانی نسخه مجروح بوده است. «تحریر توحید» افزون بر آنچه گذشت، تعلیقات ارزشمند امام‌خمینی^(۲) را جمع‌آوری و شرح بزرگان دیگر را نیز در خود جای داده است. این تعلیقات به دو صورت در کتاب درج شده است: بخشی در زمره مباحث کتاب جای گرفته؛ به این معنا که استاد معظم در طی تبیین و توضیح مباحث کتاب، این تعلیقات را مطرح می‌کرده و با تکیه بر آن، مباحث خود را عرصه می‌کردند. این بخش از تعلیقات در خود توضیح، دلیل بر عبارت استاد است. بخش دیگری از این تعلیقات نیز فراخون مباحث مطرح شده در توضیحات استاد، در پاورقی

می‌آیند و می‌روند، جوامع منحرف و اصلاح می‌شوند؛ ولی آنچه باعث جاودانگی دین می‌شود، به‌رغم اغواگرهای سرکوب، فروپاشی حکومت‌ها، بیگانگی مسلمان در جامعه غیراسلامی، این جاودانگی و این پایداری در برابر تمام این پدیده‌ها و دامنه‌ها به یادارنده‌های دین بازمی‌گردد که در «وجدان» فرد مؤمن استوار می‌یابد و هیچ باور دیگری با دین قابل مقایسه نیست.

مردم می‌پسندند میان اسلام و سوسیالیسم با اسلام و دمکراسی با اسلام و مکتب‌های گوناگون زندگی مقایسه‌ای به عمل آورند؛ برای تمام این نظامهای وضعی توان تقابل با اسلام را ندارند که اسلام به دلیل تأثیرگذاری شدید و نیرومند بر روان انسان از تمامی آنها جلوتر است؛ زیرا با جاذبه‌ها و دامنه‌های گسترده‌تر از تمام این نظام‌ها، انسان را در بر می‌گیرد. این نظام‌ها جز قوانین و ترتیبات ظاهری نیستند که در جامعه‌ای برپا می‌شوند و همین که حکومت بناگذارش ساقط شود، رنگ می‌یازد و ظاهرسازی‌ها از بین می‌رود، حال آنکه دین یک نظام اعتقادی، اخلاقی و رفتاری جاودان است که در هر حال با انسان می‌ماند.

وقتی مسلمانان خواستار حکومت اسلامی می‌شوند، فقط به خاطر قانون نیست، بلکه به خاطر این است که حکومتی برپا شود که با نظام ارشاد عمومی، آنان را تربیت و تزکیه نماید و با ایجاد سرمنشق مناسب در زندگی عمومی، آنها را هدایت کند؛ سپس خواستار برقراری نظم و قانون می‌شوند و با واقع در جامعه مسلمانان قانون اسلامی و وجدان اسلامی به یاری یکدیگر جامعه صالح را برپا می‌دارند.

کاستی‌های قانون و کمال مسئولیت دینی

وقتی دعوت به اجرای قوانین اسلامی مطرح شد، برخی متفکران در جهت استمرار اجرای احکام شریعت اسلامی به مقابله با آن برخاستند. آنها استدلال می‌کردند که کارایی قانون به عنوان ابزار انضباط اجتماعی اندک است و تربیت ضرورت دارد. البته ما می‌توانیم تأثیرگذاری قانون در زندگی مردم محدود است و اگر بخش اعظم مردم فاسد شوند، از قانون کاری ساخته نیست. با دیدن حال جامعه می‌تواند از قانون بی‌بازد. اگر مخالفان شریعت راستگو بودند، نه تنها در برابر قانون اسلامی، بلکه در مورد قوانین دیگر نیز بی‌ملاحظه نشان می‌دادند و ادعا می‌کردند که قانون جنگلی ناقص است و هیچ کاری از آن ساخته نیست و مردم باید فقط روی تربیت تکیه کنند.

این استدلال، هرچه باشد، مستتر از آن است که در برابر قوانین اسلامی اقامه شود؛ زیرا این قوانین وقتی با فطرت و وجدان دینی مردم توأم شود، تأثیر لازم را بر جا می‌گذارد. کاستی مردم



حتما در ابتدای آشنایی برایتان جالب بوده که طرف مقابل تان چقدر دقیق و منظم و هدایت شده رفتار می کند. به نظر می رسد رابطه با یک آدم مودب، دقیق و هدفمند می تواند بسیار خوب و موفق پیش برود.

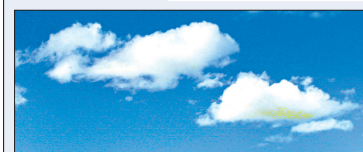
اما این اتفاق همیشه آنطور که فکر می کنیم نمی افتد. بعد از مدتی می فهمید از اینکه او همیشه مثل یک سایه دنبال شما راه می افتد تا همه چیز را کنترل کند، چقدر ترسناک است.

شما سعی می کنید همه بالشتک های روی مبل را دقیق و مرتب روی مبل ها بگذارید اما او پشت سر شما ایستاده است و اصلا اعتقادی به کار شما ندارد و دوباره آنها را مرتب می کند.

هنوز هم دیگران از مشاهده چنین رفتاری به وجد می آیند اما فقط شما می دانید چقدر سخت است که در ارتباط نزدیک با کسی باشید که عاشق کنترل کردن همه چیز در زندگی است.

در صفحه ۶ بخوانید

۱۰۰۰ پیک تکه آسمان



خداوند!

ناخشنودی ما را از قضای خود به خشنودی بدل فرمای و هر حکم تو را که دشوار می شماریم بر ما آسان گردان. در دل ما انداز که مطیع اراده و فرمان بردار مشیت تو باشیم، تا در گزاردن هر کار که فرمان داده ای در آن شتاب ورزیم درنگ نکنیم و در هر کار که خواسته ای درنگ نکنیم شتاب نورزیم و آنچه را که تو دوست می داری ناخوش نپنداریم و آنچه را تو ناخوش می داری اختیار نکنیم.

بار خدایا، کار ما به راهی انداز که فرجامش پسندیده تر بود و سرانجامش بهتر، که هر فایده ای که از تو رسد گران بهاست و هر بخشش که کنی عظیم است و هر چه خواهی کنی، و تو بر هر چیزی، توانایی.

دعای سی و سوم صفحه سجاده

خطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده
ایمیل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۴۵۸۱

۱۰۰۰ قاب هفته

▲ کاروانسرای راوور کرمان / عکس ها: ایسنا

امام باقر (ع):

کسی که خشمش را از مردمان باز دارد
خداوند نیز در روز قیامت عذابش را از
او باز می دارد.

کافی

۳ اشتباه والدین در دنیای تکنولوژی



پیشنهاد سرانیز: خورش چغاله بادام
صفحه ۴



این خوراکی ها را با هم نخورید
صفحه ۵



شبکه های اجتماعی عامل اختلافات
صفحه ۶



عزیز کرده ها افسرده ترند!
صفحه ۷

۱۰۰۰ پیک تکه آسمان

فرشته روزی

از کاسی پرسیدند:

چگونه در این کوچه پرت و بی عابر کسب روزی می کنی؟
گفت: آن خدایی که فرشته مرگش مرا در هر سوراخی که باشم پیدا می کند، چگونه فرشته روزیش مرا گم می کند؟

بخشنده ترین

از حاتم پرسیدند: بخشنده تر از خود دیده ای؟

گفت: آری... مردی که دارایی اش تنها دو گوسفند بود؛ یکی را شب برایم ذبح کرد... از طعم جگرش تعریف کردم، صبح فردا جگر گوسفند دوم را نیز برایم کباب کرد.

گفتند: تو چه کردی؟

گفت: پانصد گوسفند به او هدیه دادم.

گفتند: پس تو بخشنده تری.

گفت: نه، چون او هر چه داشت به من داد. اما من اندکی از آنچه داشتم به او دادم.

درس استاد

مرد جوانی که می خواست راه موفقیت را طی کند به سراغ استاد رفت. استاد خردمند گفت: تا یک سال به هر کس که به تو حمله کرد و دشنام داد، پول بده.

به مدت یک سال هر کس به جوان حمله می کرد، جوان به او پول می داد. آخر سال باز به سراغ استاد رفت تا گام بعدی را بیاموزد. استاد گفت: به شهر برو و برایم غذا بخر.

همین که مرد رفت، استاد خود را به شکل یک گدا درآورد و از راه میانبر کنار دروازه شهر رفت.

وقتی مرد جوان رسید، استاد شروع کرد به توهین کردن به او. جوان به گدا گفت: عالی است! یک سال مجبور بودم به هر کس که به من توهین می کرد پول بدهم، اما حالا می توانم مجانی فحش بشنوم، بدون آنکه پولی خرج بکنم.

استاد وقتی صحبت جوان را شنید خود را به او نشان داد و گفت: برای گام بعدی آماده ای چون یاد گرفتی به روی مشکلات بخندی.



اما اعتیاد به خرید چه مشکلاتی ایجاد می‌کند؟ اولین و مهم‌ترین مشکلی که پیدا می‌کنید، بحران مالی است. شما دخل و خرج تان با هم متناسب نیست و مدام پول کم می‌آورید. شاید مجبور می‌شوید از دیگران قرض کنید و هر روز بدهکارتر می‌شوید. این مساله ممکن است به یک بحران بزرگ در زندگی تبدیل شود به خصوص اگر درآمد متوسطی داشته باشید. از طرف دیگر مانند هر اختلال اضطرابی دیگر، اعتیاد به خرید هم نشانه‌هایی مثل افسردگی و سرخوردگی دارد که روحیه شما را تخریب می‌کند.

خودمان را درمان کنیم

حالا که نشانه‌ها و نتایج اعتیاد به خرید را متوجه شدیم باید به فکر راه حلش باشیم. اول باید حساب دخل و خرج تان را داشته باشید. تصمیم بگیرید پول تان را مدیریت کنید. مثلاً زمانی که حقوق می‌گیرید بخش خاصی از درآمدتان را برای خرید کنار بگذارید و تلاش کنید بیشتر از آن را برای خرید صرف نکنید. بعد می‌توانید هر ماه این مبلغ را کمتر کنید.

تمام چیزهایی را که می‌خرید، چه ضروری و چه غیر ضروری در دفترچه‌ای بنویسید و آخر هر ماه خریدهای اضافی تان را حساب کنید. وقتی در پایان ماه حساب خریدهای اضافی را جمع بزنید و با رقم و حشتناکش مواجه شوید می‌توانید کمی به خودتان سخت‌تر بگیرید.

هر روز فهرستی از وسایل ضروری که باید بخرید تهیه کنید و با آن فهرست به خرید بروید تا بی جهت سراغ بخش‌های دیگر فروشگاه نروید.

سعی کنید اوقات فراغت تان را با برنامه‌های جدید پر کنید تا ناخودآگاه سراغ مراکز خرید نروید. در کلاس خاصی ثبت‌نام کنید یا ورزش کنید. وقتی سرتان شلوغ باشد وقت برای سرک کشیدن به مغازه‌ها کمتر دارید. بسیاری از ما برای سرگرمی خرید می‌کنیم اما می‌توانیم سرگرمی‌های دیگری برای خودمان پیدا کنیم. از کتاب خواندن یا یاد گرفتن موسیقی و نقاشی و... سعی کنید پول نقد همراه نداشته باشید. مقدار پولی را که در طول روز نیاز دارید محاسبه کنید و به همان میزان پول در کیف تان داشته باشید تا هوس خرید با پول اضافه به سرتان نزنند.

کارت‌های اعتباری هم برای خرید و سوسه‌کننده هستند. سعی کنید کارت همراه تان نبرید و به همان میزان خرج روزانه پول داشته باشید یا اگر چند کارت دارید، تنها یکی از آنها را همراه داشته باشید. می‌توانید از حساب اصلی تان به اندازه خرج روزانه هر روز به کارت تان پول واریز کنید تا پول اضافه در کارت برای خرید وجود نداشته باشد.

استرس یا مشکل روحی دیگری دارید و برای فرار از آن خرید می‌کنید؟ سعی کنید راه دیگری برای درمان آن پیدا کنید. با یک روانشناس مشورت کنید تا به شما کمک کند استرس تان کمتر شود. شاید لازم باشد دارو مصرف کنید. به مرور متوجه می‌شوید کمتر تمایل به خرید کردن دارید و می‌توانید از شر خرید خلاص شوید!

اختلالی با این عنوان وجود ندارد. اما از آنجا که این اختلال منجر به خریدهای افراطی می‌شود، روانشناسان آن را در دسته اختلال‌های اضطرابی و کنترل تکانه قرار می‌دهند. بسیاری از روانشناسان معتقدند اعتیاد به خرید مانند اعتیاد به مواد مخدر است و هیجان و شغف قبل از خرید و نشاط هنگام

نمی‌شوم
۳- وقتی می‌خواهم حالم را خوب کنم یا وقتی کار خوبی کرده‌ام و می‌خواهم به خودم پاداش دهم، خرید می‌کنم.

۴- بعد از پرداختن اجاره خانه و قسط‌ها، بیشتر از یک سوم پول موجود را برای خوشحال کردن

سندرومی که شمارا بدهکار و بی پول می‌کند

من یک معتادم، معتاد به خرید!



خودم خرید می‌کنم.

۵- وقتی از چیزی خوشم می‌آید، برایم مهم نیست که به آن نیاز دارم یا نه، حتماً آن را می‌خرم.
۶- اگر بی پولی یا اصرار آدم‌های همراهم مرا دست خالی از مرکز خرید برگرداند، عصبانی یا غمگین می‌شوم.

۷- در کمند من بیش از ۴ دست لباس وجود دارد که هنوز حتی برچسب قیمت‌شان را هم نکنده‌ام.

۸- بعد از خرید کالا را تا مدتی از چشم دیگران پنهان می‌کنم یا در مورد قیمتش دروغ می‌گویم.
۹- اگر از چیزی که خیلی هم ضروری نیست خوشم بیاید اما پول نداشته باشم، برای خریدش قرض می‌گیرم.

۱۰- اگر چند روز خرید نکنم احساس کمبود می‌کنم
خرید چه بلایی سر تان می‌آورد؟

گفته می‌شود که اعتیاد به خرید یک اختلال روانی است هر چند که در اصطلاحات روانپزشکی

• یگانه خدای

تا نام اعتیاد می‌آید تصویر معتادانی بی خانمان در گوشه و کنار خیابان یا مراکز ترک اعتیاد در ذهن بیشتر افراد تداعی می‌شود. اما واقعیت این است که اعتیاد در دنیای جدید خیلی پیچیده و گسترده شده است. شاید خودمان ندانیم و یک معتاد باشیم؛ معتاد به تکنولوژی، معتاد به غذا خوردن و حتی خرید کردن! اعتیاد به خرید یکی از مشکلات شایع مردم و متأسفانه بسیاری از خانم‌هاست. مشکلی که به آن عنوان سندروم خرید کردن هم داده‌اند و شاید ساده به نظر برسد اما می‌تواند شما را بعدها دچار مشکلات جدی کند مثل بی پولی!

همه نشانه‌های اعتیاد شما

«استرس که می‌گیرم باید خرید کنم. حالم خوب نیست می‌روم خرید. چند روز است خرید نکردم حالم خوب نیست.»

شاید شما هم این جمله‌ها را شنیده باشید یا خودتان جزو کسانی باشید که این سبک زندگی را دارید. این جمله‌ها نشان می‌دهد شما سندروم اعتیاد به خرید کردن دارید. بدون اینکه به چیزی نیاز داشته باشید در فروشگاه‌ها و مراکز خرید می‌گردید و خرید می‌کنید. اگر کمند لباس‌هایتان پر است از لباس‌هایی که حتی یک بار هم آن‌ها را نپوشیده‌اید، اگر با نگاه کردن به ویترین مغازه بدون اینکه کنترل‌تری بر خودتان داشته باشید وارد مغازه می‌شوید و مهم‌تر از همه اگر آخر هر ماه به این نتیجه می‌رسید که دخل و خرج تان با هم نمی‌خواند چون مبلغ بسیار زیادی را برای خرید لوازم بی‌مصرف خرج کرده‌اید، شما مبتلا به اعتیاد به خرید هستید. قدیم این مشکل کمتر وجود داشت. خرید محدود به زمان‌های خاصی مثل شب عید یا نزدیک عروسی و مراسم خاص بود اما با مصرف گرا شدن جامعه‌ها و ایجاد تنوع در اجناس و وسایل، خرید کردن بیشتر و بیشتر شده و دیگر زمان خاصی ندارد. همین به اعتیاد بیشتر دامن می‌زند.

بر اساس آمار ۸۰ تا ۹۰ درصد افرادی را که به وسواس خرید مبتلا هستند، زنان تشکیل می‌دهند. مطالعات در کشورهای پیشرفته نشان داده است که یک تا هشت درصد جمعیت بزرگسال و به طور میانگین سه تا پنج درصد مردم دچار مشکل وسواس اجباری خرید هستند و این مشکل به صورت اشتغال ذهنی افراد به خرید انواع اجناس و کالاها از مراکز خرید است. این اختلال از نوجوانی آغاز می‌شود و در زنان ۲۰ تا ۳۵ ساله بیش از دیگران مشاهده می‌شود.

البته هر خرید کردنی دلیل بر اعتیاد نیست. اگر این نشانه‌ها را دارید باید بدانید شما هم دچار این سندروم شده‌است:

۱- وقتی چیزی چشمم را می‌گیرد، بدون آنکه فکر کنم تا پایان ماه پولی برایم می‌ماند یا نه آن را می‌خرم

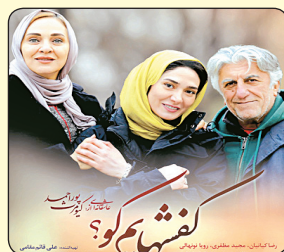
۲- اهل پول جمع کردن نیستم. حتی اگر یک ذره پول بیشتر دستم بیاید، تا خرجش نکنم آرام

پیشنهاد هفته

کشف‌هایم کو؟

پیشنهاد ما برای سینما گردی این هفته شما، فیلم «کشف‌هایم کو؟» است.

این فیلم نوزدهمین فیلم کیومرث پوراحمد است که بر اساس فیلمنامه‌ای مشترک با فرید مصطفوی ساخته شده است و تا امروز با استقبال خوبی از



سوی تماشاگران مواجه شده است. کشف‌هایم کو، فیلمی با محوریت بیماری آلزایمر است که بر اساس تحقیقات پزشکی شکل گرفته و در عین حال قصه‌ای دراماتیک را دنبال می‌کند. این فیلم حکایت رابطه یک پدر و دختر بعد از سالیان است.

حبیب کاوه کارخانه دار قدیمی مبتلا به بیماری آلزایمر است. خانواده اش او را ترک نموده‌اند اما با بازگشت دخترش به ایران اتفاقاتی می‌افتد و دختر به عنوان پرستار خاطره‌های کودکی اش را مرور می‌کند.

در این فیلم بازیگرانی مثل رضا کیانیان، رویا نونهالی، مجید مظفری، مینا وحید، بهاره کیان‌افشار و شقایق فراهانی نقش آفرینی می‌کنند.

تئاتر

ناکامی ببری خان

نمایش «اندر حکایت ناکامی ببری خان در ولایت عهدی شاهي که سرخپوش بود اما...» تا ۱۵ اردیبهشت ماه در تماشخانه سنگلج روی صحنه می‌رود. این نمایش بر اساس متنی از نوشین تبریزی و به کارگردانی سلما محسنی ارده‌الی و سینا ییلاق بیگی



هر شب ساعت ۲۰:۳۰ در تالار سنگلج به نشانی پایین تر از میدان حسن آباد، ضلع جنوبی پارک شهر، خیابان بهشت، تماشخانه سنگلج اجرا می‌شود. این اثر نمایشی حکایت ببری خان گریه‌شهور ناصرالدین شاه را نقل می‌کند. ببری خان برای نوازش ماجرای وارد شدن به کاخ شاه را تعریف می‌کند و در ادامه ماجرای وابستگی شاه به ببری خان، ارتباط ببری خان با کنسول انگلیس، کنسول روس، ملیجک، خود ناصرالدین شاه و زنان حرم‌سرا، از دید این گریه روایت می‌شود.

در این اثر که نمایش برگزیده پانزدهمین جشنواره بین‌المللی نمایش عروسکی تهران است، مریم آشوری، فهیمه باروتچی، علی باروتی، بهرام بهمانی، هنگامه سازش، فرزانه عاقلی و محمدرضا مالکی به ایفای نقش می‌پردازند.

کارگاه داستان شنبه‌ها بزرگتر شده است و فرقی نمی‌کند که عده‌ای شنبه‌ها به کلاس می‌روند در بابل و عده‌ای در تهران چهارشنبه‌ها.

عینکی مانند آن‌که مادرم برایم خریده، امتحان می‌کنم. ساده با شیشه‌ی دودی. فروشنده با گوشی‌اش مشغول

«لطفاً چند مدل دیگه به من نشون بدید.»

آدم‌ها چند مدل توی ویترین نشانشن دهم که عینکی مانند قبلی، از کشو برایم می‌آورد و جذب گوشی می‌شود. قیمت عینک‌ها مشابه‌اند. همان قدری که مادرم داد و گفت: «تازه برات عینک خریدم. هر سال که یک عینک جدید نمی‌خرن. پول که علف خرس نیست.»

عینک را به چشمم می‌زنم. چیزی نمی‌بینم. شاید دارم محو می‌شوم. عرق کرده‌ام. دهانم خشک است. عکس هنرپیشه‌ای خندان با عینک آفتابی بالای آینه است. چند فیلمش را دیده‌ام. لوند و دلربا. وسط یکی از فیلم‌هایش، مادرم از خرید برگشت و جلوی صحنه‌ای نه‌چندان عاشقانه خشکش زد. «کار بهتری نداری؟»

«نه!» رفت سراغ کارهای آشپزخانه. شاید همه عاشقش نمی‌شوند. هنرپیشه عینکی جذاب دارد. شرط می‌بندم عینکش را مادرش نخریده. مشابهش، توی ویترین است.

«می‌شه اون عینک رو ببینم؟»

عینک را می‌آورد. عکس هنرپیشه پوزخند می‌زند، «چرتش رو نداری.»

سنگ‌های قیمتی روی عینک می‌درخشند. قابش زرد و بزرگ است، با شیشه‌های زرد و رفلکس طلایی. فروشنده می‌گوید، «جذب کامل ماورای بنفش، پلاریزه. شش ماه گارانتی تعویض.»

مادرم اگر اینجا بود می‌گفت، «قابش مرغوب نیست، شیشه‌هاش تلقد و از مد که بیافته، از ارزش هم می‌افته.» قیمتش را می‌بینم. نفسم را حبس می‌کنم تا رنگم نبرد. همه‌ی کسانی که مادرشان برایشان عینک نمی‌خرد از این‌ها دارند. ده برابر عینک ساده.

فروشنده دلیل می‌آورد، «جواهراتش اصل هستند» و با گوشی‌اش مشغول می‌شود. گویا نگاه‌داشتن نفس پایده‌نداشت.

صدایی مرا از جا می‌پراند. «می‌تونم عینک رو ببینم؟»

صدا، مردانه و مؤدب است. فروشنده عینک را از دستم می‌قاید و به تازه‌وارد می‌دهد. برمی‌گردم و جوان بلندقامت و خوش‌لباس را زیرچشمی نگاه می‌کنم، شاید کمی هم زل می‌زنم. فروشنده هرچه به من گفته بود برایش تکرار می‌کند؛ و بیشتر، فروشنده‌ها مشتری آقا را ترجیح می‌دهند و خانم‌ها ترجیح می‌دهند آقایان برایشان خرید کنند. اگر به‌جای مادرم، پدرم برایم عینک می‌خرید... عینک‌های ساده روی می‌زند. عکس هنرپیشه می‌خندد. «عینک معمولی برای آدم معمولی.»

کاش پس اندازی داشتم! قرار بود مادرم برایم لپ‌تاپ بخرد، از آن استفاده می‌کنم. جایی ندارم لپ‌تاپ ببرم. مگر سرکار بروم! کارهایی که مادرم پیدا می‌کند مناسب نیستند. انتظار دارد بعد از چهار سال درس خواندن بروم تلفن جواب بدهم. تبلت بهتر است. هم

عده‌ای خانه دارند و عده‌ای دانشجوی و بعضی‌ها هر روز هفته سخت کار می‌کنند. همه شان دغدغه نوشتن دارند و همین کافیست برای این

سبک‌تر است، هم شیک‌تر. به‌جای گوشی هم استفاده می‌شود... صدای تازه‌وارد محاسباتم را به هم می‌ریزد، «می‌خوام برای سالگرد ازدواجمون براتش بخرم.» در دل ادایش را درمی‌آورم، «سالگرد ازدواجمون!»

فروشنده می‌خندد، فکر سالگرد ازدواج قند توی دلش آب می‌کند. شاید هم به من می‌خندد که کسی را ندارم که در سالگردها برایم چیزهای فانتزی بخرد که سالگردی هم ندارم جز تولد که در آن هم فقط مادرم

که نام کارگاهشان را عوض کنند و بگذارند: داستان‌های از شنبه تا چهارشنبه.

رودابه کمالی

یک سال وقت داشتید. «فقط به‌اندازه‌ی عینک‌های ساده پول‌دارم. آخ! اگر پولدار بودم، آن‌قدر که برای خریدن این عینک خم به ابرو نمی‌آوردم؛ که لپ‌تاپ و تبلت هم می‌خریدم. یک ماشین هم می‌خریدم. یکی از دوستانم با ماشینش به ماشین پسری زد، باهم دوست شدند و چند ماه بعد ازدواج کردند... فروشنده با احترام ساختگی می‌پرد داخل ماشینم، «تا فردا صبر کنید، تخفیف هم بهتون می‌دم.»

عینک آفتابی

مهسا تکا پومنش بقایی



کسانی که عینک سیاه ساده می‌زنند و مادرهایشان، از تخفیف خوشحال می‌شوند. ولی من فریاد می‌کنم، «فکر می‌کنید چون من خانمم، می‌تونید به من زور بگید. دفعه‌ی اولم نیست که می‌رم خرید. نمی‌تونید سرم رو با تخفیف شیره بمالید.» صدایم بغض‌آلود و بچگانه است. صورتم داغ شده و هر بار که «ات» را تلفظ می‌کنم چند قطره آب از دهانم بیرون می‌پرد.

رهگذرها جلوی فروشگاه‌ازدحام می‌کنند. فروشنده دست‌هایش را بالا می‌آورد. «قصه توهین نداشتیم.» آقای خوش‌لباس لیش را می‌جود. زوجی جوان وارد می‌شوند. چشم‌غره‌ای به فروشنده می‌روند و به سمت می‌آیند. خانم جوان دستم را می‌گیرد، «چی شده؟ مادرت کجاست؟»

چشمانش را به خاطر می‌آورم. دختر دوست مادرم است. آن دوستی که چند ماه پیش در تصادف از دست داد. بعد از ازدواج دخترش دوست نداشت تنها خرید کند. با ما می‌آمد خرید. همیشه چند تا حراجی و مورد اکازیون پر کمر داشت. برند خوب، زیر قیمت. خوب چانه می‌زد. یکبار مرا از داشتن پیراهن‌های بدرنگ و بادوام نجات داد.

گفت، «یکی رو سراغ دارم که پیرهن‌های قشنگ و ارزون می‌دوزه.» و چشمک زد. یکبار هم کیف چرمی زیبایی برایم خرید. بعد از تصادف، مادرم وقت خرید یادش می‌کرد و چیز کوچکی برای دخترش می‌خرید، که مطمئن بودم دخترش دور می‌ریزد. دخترش چقدر

لاغر شده. گونه‌هایش گود افتاده. «سلام، بله! بدون مادرم اومدم خرید.»

دیگر مادرش برایش هدیه‌های کارآمد و پردوام نمی‌خرد. دیگر کسی به‌جایش چانه نمی‌زند تا آبرویش برود. حالا با همسرش اجناس فانتزی می‌خرند.

آقای خوش‌لباس زیر لب چیزی می‌گوید، فحشی، بدویبراهی. بسه زوج خوش‌قیافه تنه می‌زند و می‌رود. خیلی هم مؤدب نیست. فروشنده که حالا به‌جز من گزینه‌ای ندارد لیوانی پر از آب به دستم می‌دهد. دستمال، جعبه‌ی عینک و فاکتور را روی میز می‌گذارد. «به نام؟» خانم جوان می‌گوید، «ابه مادر سلام برسون. خیلی به من لطف کردند.»

چشمانش قرمز می‌شوند. همسرش دستش را روی شانه‌اش می‌گذارد. همسرش در مراسم خاک‌سپاری یک‌گوشه‌ی تابوت را گرفته بود و تشهد گویان جنازه را حمل کرده بود. در ختم هم دائم دوروبر زنش می‌پلکید و مواظبش بود. دختر جوان فقط اشک می‌ریخت. همسرش به‌جایش حرف می‌زد.

«بزرگیتون رو می‌رسونه.» و می‌روند تا آقا یک چیز گران‌قیمت بی‌ارزش بخرد، برای سالگرد ازدواجشان یا ملاقاتشان یا همین‌طوری که دل تنهایشان تازه شود.

مادرش هر سال می‌رفت بندر انزلی. مادرم هم همراهش. قیمت‌ها آنجا خوب بود. بندر آزاد، جنس‌های خوب، بازارهای شلوغ. این بار مادرم به خاطر من خانه ماند. هنگام برگشت اتوبوس‌شان از جاده خارج شد، عده‌ای از مسافرها همراه مادرش به دیار باقی شتافتند. روحشان شد. بقیه برگشتند تهران، با چمدان‌ها و خریدهایی که دیگر ارزان نبودند.

فروشنده کلافه شده، «قابلتون رو هم نداره.»

«متشکرم.»

با مادرم تماس می‌گیرم. چند زنگ می‌گذرد. شاید خوابیده، نکند از نردبان افتاده باشد؟ مثل آن دفعه که رفت بالای نردبان پرده‌ها را جمع کند. چیزیش نشکست. تاسر مرا دور می‌بیند می‌رود سراغ کارهای خطرناک.

«الو؟»

«مامان! پول بردار بیا عینک‌فروشی زیر پل.»

«پول تو گم کردی؟ کیف تو زدن؟»

«نه! پول کم دارم.»

«چقدر؟»

عکس هنرپیشه نگاهم می‌کند، با پوزخندی شرم‌ناکه و همیشگی‌اش. هنرپیشه‌ای که هیچ‌وقت با مادرش نرفته خرید. عینک خیلی هم راحت نیست، انگار سنگ‌هایش تقلبی هستند. قابش زیادی بزرگ است. شیشه‌اش زیادی زرد است. چقدر می‌ارزد؟

مادرم در ختم می‌گفت، «اگه باهاش رفته بودم این اتفاق نمی‌افتاد.» خوشحالم که نرفته بود. می‌خواستم از صاحب‌عزا پرسرم مادرش دقیقاً چه چیزهایی خریده بود؟ چقدر می‌ارزیدند؟

آن‌قدرها هم نمی‌ارزد. عینک را روی میز می‌گذارم. «وللش! دارم می‌ام‌خونه.»

فروشنده صدایم می‌کند، «عینکتون.»

«نمی‌خواهم. روی شیشه‌ی چشم خط افتاده.»

فریاد می‌کشد، «یعنی چی؟ شورشو درآوردی...» و من می‌روم بیرون. خوب شد عینک را نخریدم، فروشنده‌اش مؤدب نبود.

ساحل چمخاله



این روزها جان می‌دهد برای سفر به شمال و تماشای زیباترین ساحل ایران. ساحل چمخاله یکی از زیباترین و مجهزترین و همچنین کم‌خطرترین ساحل‌های موجود در کشور است که در سال

۱۳۹۰ نیز از جانب وزارت کشور به عنوان بهترین ساحل استان انتخاب شد. این ساحل یکی از سواحل قدیمی و زیبای منطقه است که قبل از انقلاب ۱۳۵۷ دارای پلاژها و ویلاهای بسیار زیبا و جالبی بوده که پس از انقلاب به تدریج از رونق آن کاسته شد. هم اکنون شهر جاف و چمخاله با داشتن چندین هتل، اقامتگاه و مهانپذیر، هر ساله پذیرای بسیاری زیادی از مسافران می‌باشد. یکی دیگر از عوامل معروفیت و زیبایی چمخاله رودخانه آن است که یکی از پرآب‌ترین رودهای کشور می‌باشد. عمق این رودخانه در بعضی از قسمت‌ها به ۶ متر هم می‌رسد و در زمان‌های نه‌چندان دور هم محل عبور و مرور کشتی‌های روسی و ایرانی بوده است.

موزه هنرهای

تزیینی



موزه هنرهای تزیینی یکی از موزه‌های تهران است که در سال ۱۳۳۸ بنا شده است و اکثر اشیاء جمع‌آوری

شده مربوط به سده دهم تا چهاردهم هجری قمری است. ساختمان موزه چهارطبقه دارد که هر طبقه آثار خاصی را شامل می‌شود. طبقه همکف نمایشگاه دائمی آثار موزه‌ای کاخ مرمر شامل منبت، معرق و خاتم کاری می‌باشد. طبقه اول بافته‌ها و دوخته‌های سنتی ایران و سوزن‌دوزی را در معرض دید قرار داده است. طبقه دوم پنج بخش مجزا دارد: بخش خاتم، بخش منبت، بخش لاک، بخش فلز و بخش شیشه و طبقه سوم که انواع نقاشی‌ها و مینیاتورها را به نمایش گذاشته است. این موزه در تهران، کریمخان زند، نرسیده به میدان ولی عصر قرار دارد.

ردگم



کتاب «ردگم» نوشته «آله‌خو کارپانتیه»، نویسنده مشهور آمریکای لاتین است که «اونداد جلیلی» آن را به فارسی برگردانده است. این رمان تصویری جالب توجه و

گیرا از زندگی هنرمندی بازمانده از کار در میان روستاییانی در اعماق جنگل‌های آمریکای لاتین ارائه کرده است. «ردگم» به عقیده بسیاری از صاحب‌نظران مهم‌ترین اثر کارپانتیه است.

ردگم که به بیست زبان ترجمه شده و بیش از چهارده نسخه مختلف آن به زبان اسپانیایی چاپ شده، ستایش‌شده‌ترین رمان کارپانتیه است. کتاب تصویری را از هنرمندی بازمانده از کار، میان روستاییانی در اعماق جنگل آمریکای لاتین نشان می‌دهد که ناکام و ناالان است و زندگی‌اش را، به واسطه‌ی مشاهدات زیبایی‌شناسی محور خود، به سختی طی می‌کند.

۵۰۰۰ دنیای شیرینی

کراکر شکلاتی

کراکر شکلاتی یک شیرینی ساده برای عصرانه‌های شماست. شما می‌توانید از بیسکویت‌های ترد و شور برای این کار استفاده کنید

مواد لازم:

بیسکویت کراکر	۴۰۰ گرم
کره نرم شده	سه چهارم لیوان
شکر قهوه‌ای	سه چهارم لیوان
چیپس شکلات	سه چهارم لیوان
بادام بو داده خرد شده	سه چهارم لیوان



طرز تهیه:

فر را تا دمای ۲۰۰ درجه سانتی گراد گرم کنید و دست به کار تهیه شوید. کاغذ شیرینی را در کف سینی فر قرار دهید و سپس فویل را پهن کنید.

کراکرها را روی فویل نزدیک بهم بچینید. در یک شیرجوش شکر قهوه‌ای را همراه با کره آب کنید و اجازه دهید تا مخلوط ۳ دقیقه بجوشد. سپس مخلوط را روی کراکرها بریزید. سینی فر را به مدت ۵ تا ۶ دقیقه در فر قرار دهید.

در فر را باز کنید و در همان حالت چیپس‌های شکلاتی کاکائویی و شیرینی را روی کراکرها بریزید تا کمی آب شوند، سپس کراکرها را از فر بیرون بیاورید و بادام خرد شده را روی آنها بپاشید و سپس به مدت چند ساعت در یخچال نگهداری کنید.

۵۰۰۰ آشپزی خانگی و رژیمی

کوکوی مرغ و لوبیا

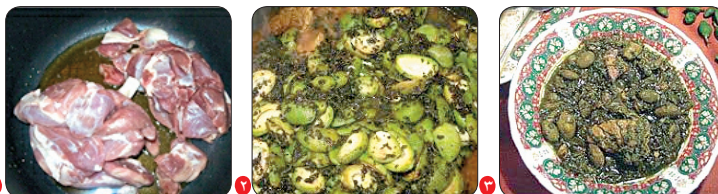
کوکوی مرغ و لوبیا سفید، یک غذای سالم، مغذی و سرشار از پروتئین است. این غذای کامل می‌تواند ناهار فوق العاده‌ای برای یک روز کاری باشد.

مواد لازم:

لوبیا سفید	یک لیوان
سینه مرغ	۳۰۰ گرم
پیاز رنده شده	یک عدد بزرگ
کره:	۵۰ گرم
نمک و فلفل	به میزان لازم
روغن	به میزان لازم
زعفران آب کرده	۲ قاشق غذاخوری
تخم مرغ	۶ عدد

طرز تهیه:

ابتدا سینه مرغ و لوبیا را بپزید و بعد با هم چرخ کنید. پیاز را رنده کرده و به همراه نمک و فلفل، زعفران آب کرده و کره مخلوط کنید. تخم مرغ‌ها را هم بشکنید و به مواد کوکو اضافه کنید و با قاشق هم بزنید. روغن را در ماهیتابه بریزید و روی حرارت بگذارید و مواد را درون آن ریخته، وقتی سرخ شد برش بزنید و آن را پشت و رو و طرف دیگر آن را هم سرخ کنید و در دیس مناسب چیده و اطراف آن را با سبزیجات بخارپز و چند برش گوجه و خیار شور تزیین کنید.



در این خورش می‌توانید به جای گوشت قرمز از گوشت مرغ و از آب نارنج به جای آب غوره نیز استفاده کنید. در صورت تمایل می‌توانید در پایان کار کمی رب گوجه نیز بزنید

پختند، نمک و فلفل و آبغوره را اضافه کنید و اجازه دهید تا خورش جا بیفتد. اگر از همان ابتدا نمک اضافه شود چغاله‌ها سفت شده و به سختی می‌پزند

۵۰۰۰ پیش‌پزهای آشپزی

خورش چغاله بادم

تا هنوز فصل چغاله بادم‌های ترد و خوش‌مزه تمام نشده، دست به کار تهیه این خورش شوید. خورش چغاله بادم از آن خورش‌های خوش عطر و طعم است که از خوردن آن سیر نخواهید شد.

مواد لازم:

گوشت خورشتی	۴۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد
چغاله بادم	۲۰۰ گرم
نعنا و جعفری خرد شده	۳۰۰ گرم
نمک و فلفل و ادویه	به میزان لازم
آبغوره	به میزان لازم

طرز تهیه:

پیاز را خالص و نازک خرد کرده، با کمی ادویه و زرد چوبه، در روغن سرخ کنید تا سبک شود. سپس تکه‌های گوشت را با آن خوب تفت دهید.

سپس نعنا و جعفری خرد شده را به گوشت اضافه کنید و مرتب به هم بزنید. در این مرحله چغاله‌ها را اضافه کرده و بعد، ۴ لیوان آب به مواد اضافه کنید تا به مدت سه ساعت بپزد و هم سبزی و هم گوشت خوب پخته شوند. وقتی همه مواد به خوبی

آشپزی خانگی و سالم

تغذیه سالم دشمن سرطان سینه

سلامتی شما تا حد زیادی تابع چیزی است که می‌خورید. اگر می‌خواهید از بیماری‌های شایع این روزگار در امان بمانید، باید تغذیه سالمی داشته باشید.

یکی از این بیماری‌ها که متأسفانه هر سال قربانیان زیادی می‌گیرد، سرطان سینه است. سرطانی که هر سال ۱۰ هزار نفر از زنان به آن مبتلا می‌شوند تا جنگی تمام عیار را با دومین سرطان شایع دنیا شروع کنند.

اما دانستن برخی نکات تغذیه‌ای می‌تواند کمک کند تا از این سرطان شایع، دور بمانید یا در صورت ابتلا به آن زندگی سالم تری داشته باشید.

گرسنه نمانید

مطالعات جدید محققان نشان می‌دهد، بیش از ۱۳ ساعت ناشتا بودن بین وعده شام و صبحانه خطر عود سرطان سینه و ابتلا به دیابت، بیماری‌های قلبی و انواع سرطان را کاهش می‌دهد. مطالعات اخیر محققان دانشگاه کالیفرنیا نشان می‌دهد که ساعات ناشتا بودن در شب، نقش مهمی در ابتلا به سرطان سینه دارد. منظور از ساعات ناشتا بودن، زمان بین آخرین وعده در شب و وعده صبحانه در روز بعد است.

این مطالعه نشان می‌دهد، فاصله زمانی بیش از ۱۳ ساعت بین وعده شام و وعده صبحانه روز بعد، نقش مهمی در کنترل قند خون دارد و احتمال عود سرطان سینه، انواع دیگر سرطان و بیماری‌های قلبی را به میزان قابل توجهی کاهش می‌دهد.

این مطالعه نشان می‌دهد احتمال عود سرطان در بیمارانی که فاصله زمانی کوتاهی بین وعده شام و وعده صبحانه دارند، نسبت به زنانی که بیش از ۱۳ ساعت در شب ناشتا هستند، ۳۶ درصد بیشتر است.

مطالعات قبلی نیز نشان داد که فاصله زمانی بیش از ۱۶ ساعت بین وعده شام و



غذای سالم بخورید

مقدار کالری دریافتی و میزان چربی که به طور معمول می‌خوریم، می‌تواند بر خطر سرطان سینه اثر بگذارد. با وجود این هنوز تحقیقات کافی برای اثبات این موضوع انجام نشده است.

حدود ۳۰ درصد از کل سرطان‌های زنان و مردان با رژیم غذایی آنان ارتباط دارد. مطالعات معدودی نشان داده‌اند که مصرف چربی زیاد به ویژه چربی حیوانی، غذاهای نمک سود و نیز غذاهای شور و غذاهای دودی می‌تواند خطر ابتلا به برخی سرطان‌ها از جمله سرطان سینه را افزایش دهند. طبع غذا در حرارت‌های بسیار بالا نیز باعث تولید مواد سرطان زا می‌شود. علاوه

بر این، برخی از محققین دریافته‌اند که برخی ویتامین‌ها مانند ویتامین‌های آ و ث به‌علاوه سلنیوم به همراه ویتامین E ممکن است در پیشگیری از سرطان سینه موثر باشند. این مواد در بیشتر سبزیجات و میوه جات (مانند کلم و گل کلم، کاهو، هویج، اسفناج، زردآلو، طالبی و مرکبات) و همچنین در گوشت قرمز، غذاهای دریایی، شیر و غلات یافت می‌شوند.

توصیه‌هایی برای داشتن تغذیه سالم‌تر

به جای نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های طبیعی، دوغ و یا آب‌های طعم دار بنوشید. برش‌های سبزیجات مانند هویج، کرفس، فلفل دلمه‌ای، خیار و... همراه با ماست چکیده میان وعده خوبی هستند. از آنها غافل نشوید.

به جای کره و مارگارین از چربی‌های سالم‌تر مانند روغن زیتون استفاده کنید. پروتئین روزانه خود را از گوشت مرغ، بوقلمون و ماهی و یا لوبیا و سویا و سایر منابع پروتئینی گیاهی تامین کنید و میزان مصرف گوشت قرمز را به حداقل برسانید.

روزانه ۳ تا ۸ وعده سبزیجات میل کنید. هر وعده سبزیجات بسته به نوع سبزی شامل ۲ تا ۲/۱ پیمانه است. نان، برنج و پاستای مصرفی خود را از انواع گندم کامل سیوسدار انتخاب کنید. برای میان وعده از انواع آجیل و پنیر و لبنیات کم چرب بجای خوراکی‌های فرآوری شده استفاده کنید. میوه را جایگزین دسرهای شیرین و پرکالری کنید. نحوه خوردن غذا هم به اندازه محتویات غذا اهمیت دارد. از بردن غذا جلوی تلویزیون، با عجله خوردن و کم جویدن بپرهیزید. وعده غذایی خود را در آرامش و کنار اعضای خانواده میل کنید و لذت ببرید. ۳۰ تا ۶۰ دقیقه در روز ورزش کنید تا کالری‌های اضافه تان را بسوزانید. وزن‌تان را کنترل کنید و مراقب باشید چربی دور شکمتان زیاد نشود.

چند راهکار برای اینکه زودتر و بهتر بخوابید

به پشت بخوابید و نفس های عمیق و آرام بکشید و هم زمان سعی کنید انگشت های پا را به داخل جمع کنید طوری که گویا می خواهید به کف پا قوس بدهید. همین کار را با شکم، انگشتان دست، سینه، بازوها انجام بدهید.

تلاش برای بیدار ماندن: یک راه برای خواب آرام تلاش برای بیدار ماندن است چون در این صورت مغز شما عکس آن عمل می کند. سعی کنید چشم هایتان را باز نگه دارید و تکرار کنید که من نباید بخوابم.

مرور روز گذشته: برای اینکه زودتر بخوابید سعی کنید به کارهایی که در طول روز انجام داده اید فکر کنید. همه چیز را با جزئیات به خاطر بیاورید. توجه به جزئیات در آخر شب قطعاً شما را خسته می کند و زود به خواب می رویید.

چشم ها را بچرخانید: پلک ها را ببندید و سعی کنید چشم را بچرخانید. سه بار این کار را انجام بدهید. این کار شما را خوابالود می کند.

بارها به شما پیشنهاد داده اند که با یک لیوان شیر داغ یا حمام آب گرم راحت تر به خواب می روید اما اثر این کارها بعد از مدت کوتاهی از بین می رود و شما باز هم برای خوابیدن دچار مشکل هستید.

برای اینکه بهتر بخوابید و زودتر به خواب بروید نباید فقط از یک راهکار استفاده کنید. سعی کنید از شیوه های مختلف خوابیدن استفاده کنید. با سوراخ سمت چپ بینی نفس بکشید: این یک روش یوگا است که فشار خون را پایین می آورد و باعث آرامش می شود.

به سمت چپ بدن بخوابید و سوراخ راست بینی را با انگشت بندید و نفس های عمیق را با بینی سمت چپ به داخل بدهید. این کار به ویژه زمانی که از شدت گرما خوابتان نمی برد موثر است.

فشار قبل از خواب: فشار ماهیچه ها قبل از خواب نیز یک راه موثر در به خواب رفتن است.



شکم صاف با راهکاری ساده



برآمدگی شکم برای هیچ زن و مردی خوشایند نیست. همه دوست دارند شکم صاف داشته باشند. اما باید قبول کنید که از بین بردن چربی شکم کار دشواری است. اما با این ۷ عمل ساده می توانید به صاف شدن شکم سرعت بدهید.

- ساعت ها گرسنه نمانید. اگر همیشه بین وعده های غذایی، میان وعده های سالم بخورید میزان قند خون را پایین می آورید. در نتیجه انسولین را متعادل نگه می دارید چون انسولین باعث تجمع چربی دور شکم می شود.

- سعی کنید غذا را هرچه بیشتر بجوید. آیا می دانستید که عمل هضم غذا از جویدن آغاز می شود؟ اگر غذا را خوب نجوید به معده بیشتر فشار می آورید و غذا را دیرتر هضم می کنید.

- برای صاف شدن شکم هم زمان باید به خوردن و فعالیت بدنی توجه داشته باشید. دویدن، پیاده روی و دوچرخه سواری به همراه یک غذای سالم و مفید باعث لاغری شکم می شود.

- نمک زیاد نخورید. یک دلیل مهم برای بزرگی شکم مصرف نمک زیاد است. ممکن است بیش از اندازه نمک مصرف می کنید. سعی کنید به جای نمک معمولی از نمک با سدیم کم استفاده کنید. برای طعم دار کردن غذا از فلفل هندی استفاده کنید. - غذا خوردن را محدود کنید. واقعا مهم است

که روزانه چه مقدار غذا می خورید. وعده های غذایی سنگین حتی اگر فعالیت بدنی زیادی داشته باشید باعث چاقی عمومی به ویژه چاقی بدن می شود.

همچنین خوردن یک وعده غذای پرکالری بسیار چاق کننده تر از خوردن سه وعده غذای کم کالری است.

- زیاد بنوشید. برای پاک سازی سیستم گوارشی کمی آب لیمو را با آب گرم بنوشید. همچنین هر روز به مقدار کافی آب بنوشید.

چرا باید بیشتر هویج بخورید؟

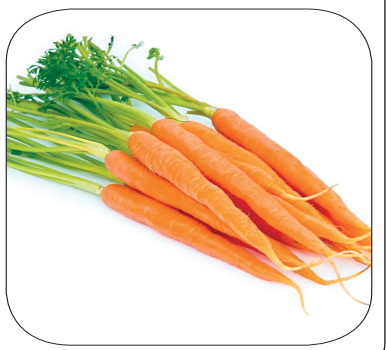
بنابراین بخارپز کردن هویج در بالابردن اثر بخشی آن بسیار موثر است.

هویج پخته از هویج خام مواد مغذی بیشتری دارد. یک راه دیگر مصرف هویج بخارپز کردن یا گریل کردن است. شما می توانید هویج را به همراه انواع ادویه ها و طعم دهنده ها به یک خوردنی مقوی تر تبدیل کنید.

وجود فیبر و بتاکارون در هویج برای پیشگیری از پیری زود رس، پوسیدگی دندان، عفونت ادراری و آب مروارید و پوکی استخوان بسیار موثر است.

همانطور که می دانید هویج برای تقویت بینایی لازم است. سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند.

یک سبزی لازم برای پیشگیری از سرطان است مانند انسولین است و قند خون را پایین می آورد و برای تقویت دندان ها نیز موثر است.



چرا تعریق بدن خوب است؟

سموم بدن بسیار موثر است. - دمای بدن را پایین می آورد: تعریق یک راه طبیعی برای پیشگیری از گرمزدگی است. این کار سطح بدن را خنک می کند.

- پوست را درخشان می کند: مواد سمی با تعریق از پوست بدن دفع می شوند و آلودگی های سطحی نیز کمتر روی پوست تجمع می کنند.

تعریق یک راه طبیعی برای پاکسازی پوست است.

- استرس را کم می کند: فعالیت بدنی که موجب تعریق می شود باعث تولید هورمون شادی می شود و به این ترتیب شما استرس کمتری را در طول روز تجربه می کنید.

شما نمی توانید هیچ کار موثری برای پیشگیری از تعریق بدن انجام بدهید. اما با وجود احساس ناخوشایند یا بوی بد آن تعریق بدن برای سلامتی تان بسیار مفید است.

- مقاومت بیشتر: پژوهشگران معتقدند که تعریق بعد از یک فعالیت بدنی برای افزایش سیستم ایمنی بدن ضروری است.

این همچنین به افزایش گردش خون نیز کمک می کند و فشار خون را نیز کاهش می دهد.

- کاهش خطر ابتلا به سنگ کلیه: تعریق همچنین از تجمع نمک و کلسیم در کلیه پیشگیری می کند. وقتی عرق می کنید تمایل بیشتری به نوشیدن آب دارید و این کار برای دفع

این خوراکی ها را با هم نخورید



غذای تند: شاید دوست داشته باشید که غذای تند و تیز بخورید. اما اگر گلو درد، سرماخوردگی یا گرمزدگی دارید فقط احساس بدتری برای خودتان ایجاد می کنید.

زمانی که احساس گرما می کنید در واقع بدن شما آماده رشد باکتری هاست بنابراین مطمئن شوید چیزی که می خورید خانگی و طبیعی است. مواد غذایی را خوب بشوید و آنها را به بهترین وجه برای خوردن آماده کنید. بهترین راه برای بالابردن کیفیت جوشاندن است.

سبزیجات خارج از فصل: به طور معمول شما انواع میوه ها را در هر فصلی در سوپر مارکت ها می بینید.

اما بهترین انتخاب استفاده از مواد مخصوص همان فصل است. پرتقال را زمستان مصرف کنید و توت فرنگی را در بهار.

ترکیب این خوراکی ها با هم می تواند به سیستم ایمنی بدن آسیب بزند و در نهایت باعث تب، سرماخوردگی و سرفه می شوند. علاوه بر بسیاری از نکاتی که باید برای حفظ سلامتی رعایت کنید این نکات نیز مهم هستند.

برخی از عادت های غذایی در فصل های گرم باعث ایجاد مشکلاتی برای سلامتی می شوند. مثل این موارد:

بستنی و نوشیدنی سرد: در گرمای هوا یکی از راه ها برای ایجاد حس خنکی خوردن بستنی و سپس خوردن آب سرد برای رفع تشنگی ناشی از شیرینی است. اما ترکیب این دو باعث ایجاد حساسیت و درد گلو می شود.

به ویژه اگر آب با یخ خنک شده باشد. این کار بیشتر باعث از دست رفتن آب بدن می شود.

لبنیات: برای خنک شدن هیچ وقت از لبنیات کمک نخواهید این کار فقط باعث می شود در بینی و گلو حساسیت ایجاد کنید.

پنیر و شیر و کشک را وقتی گرمزده هستید نخورید.

با رضایت بیشتری همه چیز را کنترل می‌کند. محدوده‌های آزادی فردی شما در انتخاب چیزها، فکر و عمل کردن باید مشخص باشند همانطور که برای او اینگونه است. تا زمانی که به نیازها و خواسته‌های خودتان به اندازه دیگری بها ندهید نمی‌توانید انتظار داشته باشید او از روش خودش دست بردارد. برای خودتان اعتبار و ارزش قائل باشید تا مانعی بر پیشروی سلطه او نباشد.

آمادگی برای یک زندگی مستقل

متاسفانه یکی از دلایل ادامه رابطه با یک فرد شدیداً کنترل‌گر که باعث ایجاد خشونت و تنش می‌شود وابستگی عاطفی و مالی است. در رابطه‌ای که در آن از نظر روحی یا مالی مستقل نیستید فرد کنترل‌گر به راحتی شما را در کنترل خود می‌گیرد. این وضعیت برای افرادی که یک شبه عاشق می‌شوند و زود ازدواج می‌کنند، زنان خانه‌دار و زنان و مردانی که خیلی زود دل می‌بندند یا شیفته می‌شوند بیشتر اتفاق می‌افتد. در یک رابطه سالم و طبیعی شما باید استقلال مالی و عاطفی داشته باشید یعنی با وجود علاقه به دیگری بتوانید بدون ترس از دست دادن دیگری و احساس نیاز از عهده زندگی مستقل خودتان بر بیایید. در این صورت کمتر زیر بار سلطه و خشونت دیگری می‌روید و از اظهار وجود نمی‌ترسید.

مشاوره راه حل ضروری

اگر واقعا می‌خواهید این روند را تغییر بدهید باید از خدمات مشاوره استفاده کنید. خوب است که مشاوره را با همراهی شریک زندگی‌تان شروع کنید اما خودتان هم می‌توانید به تنهایی از مشاور خانواده کمک بخواهید. البته وسواس کنترل یک مشکل روانی است که شما به تنهایی نمی‌توانید آن را درمان کنید. با این حال گاهی تنها راهی که برای بهبود وضعیت باقی می‌ماند این است که شما خودتان راهکارها را امتحان کنید.

چیزهای بیشتری که باید بدانید

کسی که دچار وسواس کنترل است به این دلیل دیگران و موقعیت‌ها را کنترل می‌کند که در کنترل بخش‌های مهم زندگی شخصی خودش ناتوان است. این افراد دچار احساس عدم امنیت شدید هستند، عادت‌های آزاردهنده دارند و معمولاً نمی‌توانند فشارهای کاری و مالی را تحمل کنند. کنترل زندگی دیگران به آنها احساس رضایت می‌دهد هر چند که در وجود خود از هیچ چیز راضی نباشند.

وسواس کنترل انواع مختلف و شدت و ضعف‌های متفاوت دارد. بعضی از آنها فقط در اندازه لباس و غذا دیگری را کنترل می‌کنند و اغلب برای خواسته خود دلیل می‌آورند و برخی دیگر کنترل همه‌امور زندگی دیگری را بر عهده می‌گیرند و نافرمانی دیگران دلیلی برای خشونت، تهدید و ارباب است. در این شرایط زندگی برای دیگری، زندگی روی پوسته تخم مرغ است؛ اگر همه چیز درست پیش نرود این پوسته ترک خواهد برد و در نهایت هر دو طرف رابطه از دست خواهند رفت.

دارید تا روی این مساله کار کنید. از شریک زندگی‌تان بخواهید تا برای یک گفتگوی موثر وقت بگذارد. در این گفتگو سعی کنید به روش‌های کنترل اشاره کنید و بگویید که چطور تمایل او به کنترل زندگی و انتخاب‌هایش شما را محدود کرده و آزار داده است. اگر وسواس کنترل در مراحل اولیه

دست‌کاری می‌کنند تا به هدف و خواسته خود برسند. شریک زندگی‌تان این احساس را در شما پرورش می‌دهد که گویا شما نمی‌توانید هیچ کاری را درست انجام بدهید و تنها راه درست انجام یک کار، همانی است که او انجام می‌دهد. شاید پیش آمده باشد که برای پیشگیری از



زندگی روی پوسته تخم مرغ

باشد با بحث و به چالش کشیدن مسائل می‌توانید آن را اصلاح کنید.

ایستادن روی پای خود

اگر چه فرد کنترل‌گر دوست دارد فرمان بدهد تا خواسته‌هایش پیش برود اما شما نباید تابع باشید. شبی که او از شما می‌خواهد برایش پاستا بپزید مخالفت کنید و بهانه بیاورید. اگر او می‌خواهد کتاب‌ها به ترتیب خاصی در کتاب‌خانه قرار بگیرد و یا شما را مجبور می‌کند کت و شلوار خاصی را برای مهمانی بپوشید با آن مخالفت کنید و از تمایلات خودتان حرف بزنید. تا زمانی که شما او و خواسته‌هایش را تأیید می‌کنید و تابع هستید او به رفتارش ادامه می‌دهد. مخالفت‌های شما همان تلنگری است که او به آن احتیاج دارد.

البته چنین واکنشی زمانی اثر بخش است که او به رابطه با شما نیاز داشته باشد و واقعا دنبال یک رابطه سالم باشد. در این صورت مخالفت شما به او نشان می‌دهد با وجود علاقه جاری در این رابطه شما اجازه نمی‌دهید او با فرمان‌هایش همه چیز را کنترل کند. خواسته‌ها و نیازهای شما نیز محترم ارزشمند هستند و او برای حفظ رابطه نمی‌تواند شما را زیر سلطه خواسته‌های خود قرار بدهد. تا زمانی که او ترس و ضعف شما را در مقابل خودش می‌بیند تغییری در رفتارش ایجاد نخواهد کرد بلکه

تنش‌ها، تن به خواسته‌های او بدهید اما او هر بار آن موارد را به عنوان شواهدی از ضعف و ناتوانی شما یادآوری می‌کند و همچنان شما را مجبور می‌کند به خواسته او رفتار کنید. بنابراین اولین نکته‌ای که لازم است بدانید این است که شما ضعیف و غیرقابل قبول نیستید. شما به اندازه کافی قوی و هوشمند هستید و تلاش‌های او برای اینکه از شما موجودی ناتوان و نیازمند بسازد مبتنی بر واقعیت نیستند.

شخصیتی دو چهره

افراد کنترل‌گر دو شخصیت متفاوت دارند؛ در روابط اجتماعی آنها بسیار محبوب، شاد و سرزنده و مهربان هستند اما فقط کسانی که با آنها زندگی کرده باشند خشم، پرخاش و خشونت چنین افرادی را می‌شناسند. به همین دلیل است که دوست و فامیل اصلاً نمی‌فهمند چرا شما در زندگی‌تان خوشحال نیستید و چنین فرد جذابی را دوست ندارید. در واقع این نقابی است که او استفاده می‌کند تا شما را متقاعد کند هیچ کس با او مشکلی ندارد جز شما که نمی‌خواهید قبول کنید او چقدر درست و عالی رفتار می‌کند.

گفتگو هنوز یک راه حل است

در علم روان‌شناسی وسواس کنترل نشانه شخصیت ناکارآمد است. اگر نشانه‌های این وسواس تازه شروع یا یافته شده‌اند هنوز فرصت

• ریحانه دوستدار

حتماً در ابتدای آشنایی برایتان جالب بوده که طرف مقابل‌تان چقدر دقیق و منظم و هدایت شده رفتار می‌کند. به نظر می‌رسد رابطه با یک آدم مودب، دقیق و هدفمند می‌تواند بسیار خوب و

موفق پیش برود. اما این اتفاق همیشه آنطور که فکر می‌کنیم نمی‌افتد. بعد از مدتی می‌فهمید از اینکه او همیشه مثل یک سایه دنبال شما راه می‌افتد تا همه چیز را کنترل کند، چقدر ترسناک است. شما سعی می‌کنید همه بالشتک‌های روی مبل را دقیق و مرتب روی مبل‌ها بگذارید اما او پشت سر شما ایستاده است و اصلاً اعتقادی به کار شما ندارد و دوباره آنها را مرتب می‌کند. هنوز هم دیگران از مشاهده چنین دقتی به وجد می‌آیند اما فقط شما می‌دانید چقدر سخت است که در ارتباط نزدیک با کسی باشید که عاشق کنترل کردن همه چیز در زندگی است.

مساله این نیست که او وسواس مرتب کردن ظرف و لباس و تمیز کردن خانه و ماشین دارد چون مشکل بسیار جدی‌تر از این است. او می‌خواهد بر همه چیز تسلط داشته باشد؛ او می‌گوید که شما باید چه کنید، چه کسی را ببینید، چه لباسی بپوشید و چطور فکر کنید. این آزاری است که شما معمولاً پنهان از چشم دیگران تجربه می‌کنید و اغلب نمی‌توانید آن را بیان کنید. وسواس کنترل یک وسواس فکری است که باعث خشونت‌های خانگی می‌شود.

مشکل جای دیگری است

افراد که وسواس کنترل دارند بسیار هوشمندانه و ماهرانه افراد و موقعیت‌ها را

۰۰۰ همسران و پاشنه‌ها

شبکه‌های اجتماعی عامل اختلافات

محققان دانشگاه فلوریدا در تحقیقات خود به نکته‌های جالبی در خصوص رفتار کاربران در شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام رسیده‌اند. در این بررسی که با حضور ۴۲۰ کاربر شبکه اینستاگرام در بازه سنی ۱۸ تا ۶۲ سال صورت گرفته تأثیر استفاده از عکس‌های



سلفی، روی رابطه عاطفی میان زوجین مورد بررسی قرار گرفته است. محققان معتقدند کاربرانی که عکس‌های سلفی بیشتری در اینستاگرام منتشر می‌کنند، احتمال بروز مشکلات در روابط خود را نیز افزایش خواهند داد. از جمله مواردی که می‌تواند تأثیرات منفی در روابط میان زوجین داشته باشد ایجاد حس حسادت و یا بحث‌ها و چالش‌هایی است که پس از انتشار این تصاویر از سوی یکی از زوجین، آغاز می‌شود. بر این مبنا، محققان نیاز به وجود دستورالعمل‌های ویژه در خصوص نحوه تعامل کاربران با محتویات و قابلیت‌های موجود در شبکه‌های اجتماعی را خواستار شده‌اند. از سوی دیگر ریح‌پوی و کلایتون، محققان صاحب‌نظر حاضر در این بررسی پیشنهاد می‌کنند تا کاربران انتشار عکس‌های سلفی را به ویژه در مواردی که احتمال بروز تنش میان آن‌ها و همسرشان وجود دارد به شکل محدودتری دنبال کنند.

۰۰۰ توصیه‌های عاشقانه

مراقب وزن‌تان باشید

شاید فکر کنید وزن شما چه ارتباطی به یک زندگی عاشقانه دارد؟ واقعیت این است که اضافه وزنی که بعد از ازدواج دچار آن می‌شوید، می‌تواند خیلی از مناسبات میان شما و همسرتان را تغییر دهد.



اضافه وزن، در وهله اول سلامت جسمی شما را تهدید می‌کند. اما به جز این، تأثیر روانی هم روی شما دارد. باعث نارضایتی شما از خودتان می‌شود، شما را خمووده و کسل می‌کند و این نارضایتی از خود، در رابطه‌تان تأثیرگذار است. اما از سوی دیگر، تلاش نکردن برای برگشتن به وزن سابق، این جمله را به همسر شما می‌گوید که: من دیگر مثل سابق نیستم. من به خود اهمیت نمی‌دهم و نظر تو درباره من برایم اهمیتی ندارد.

حتی فعالیت‌هایی مثل رابطه زناشویی نیز به دلیل عدم تناسب بدنی ممکن است دچار اختلال شود، چون این احتمال وجود دارد که اعتماد به نفس و میل به همدیگر در این شرایط کمتر شود. بنابراین فعالیت‌های بدنی را در طول روز جدی بگیرید و به غذا خوردن سالم خود و همسرتان واقعا اهمیت بدهید.

این وابستگی بیشتر باشد تنش‌ها نیز بیشتر و شدیدتر می‌شود. کودک وابسته به تکنولوژی منزوی است، مهارت‌های اجتماعی محدودی دارد، دچار مشکلات خواب است و اعتماد به نفس پایینی دارد.

پرسی که باید به آن پاسخ بدهیم این است که مشکل کجاست؟ به نظر من پاسخ آن کاملاً واضح است: مشکل آزادی نامحدود کودک در استفاده از تکنولوژی است. وقتی قانون و محدودیتی برای کودک در استفاده از این ابزارها وجود ندارد نمی‌توانید از کودک بخواهید رفتارش را با تکنولوژی کنترل کند. ایجاد محدودیت برای رفتارهای ناسالم بخش مهمی از وظایف یک والد خوب است. شاید اینکه تبدیل به نگهبان تکنولوژی شوید برای فرزندان ناخوشایند باشد اما اگر واقعاً به تکنولوژی اعتقاد دارد چاره‌ای جز این ندارید.

نداشتن محدودیت در استفاده از تکنولوژی و فقدان فعالیت‌های جمعی و خانوادگی و همچنین وابستگی خود والدین به تکنولوژی مهم‌ترین عوامل وابستگی بیش از اندازه کودکان به تکنولوژی هستند.

قانون برای تکنولوژی

از این چند پیشنهاد برای کنترل و ایجاد محدودیت در دسترسی کودک به تکنولوژی استفاده کنید. فقط یادتان باشد هرچقدر کودکان بیشتر وابسته باشد ترک عادت برای او سخت‌تر خواهد بود.

- زمانی محدود برای استفاده از تکنولوژی مشخص کنید. بعد از این زمان، خاموشی اعلام کنید. برای این کار شما باید خودتان هم کار با گوشی را تعطیل کنید و برنامه و فعالیت مطلوب دیگری را پیشنهاد بدهید.

- یکی از دلایلی که کودکان به شدت به یک فعالیت وابسته می‌شوند این است که برنامه مشخصی ندارند. برای کودکی که وظایف روزانه‌اش مشخص نشده بسیار سخت است که از کار مورد علاقه‌اش دست بکشد. همه چیز را مشخص و معین کنید؛ اینکه چه وقتی برای بازی چه وقتی برای درس خواندن است. همچنین این که او چه وظایف دیگری بر عهده دارد نیز باید معلوم باشد. هر روز این برنامه‌ها را اعلام کنید تا زمانی که این وظایف برای کودکان کاملاً نهادینه شود.

- ابزارهایی مثل تلویزیون و کامپیوتر را در اتاق کودک نگذارید. در غیر این صورت نه کنترلی بر محتوای فعالیت کودک دارید و نه می‌توانید زمان را محدود باقی نگه دارید.

از خدمات فیلتر سایت‌ها و موضوعات نامناسب و خشونت‌آمیز استفاده کنید. این خدمات و برنامه‌ها همچنین برنامه زمانی مشخصی برای دسترسی به اینترنت دارند.

پیشگیری کنید

قبل از اینکه فرزندان به تکنولوژی وابسته شود او را در استفاده محدود کنید. کودکان را از همان ابتدا با گوشی همراهان و تماشای کارتون و بازی رها نکنید. گوشی و تبلت را از دسترس کودک یک ساله‌تان دور نگه دارید و کتاب و اسباب بازی، مداد و کاغذ، شن و ماسه و آب در اختیارش بگذارید. اجازه ندهید دنیای واقعی و دوستان واقعی را از دست بدهد.

نمی‌تواند بگوید همه کودکان وابسته به تکنولوژی هستند همانطور که نمی‌توان وابستگی عده‌ای از کودکان به تکنولوژی را انکار کرد.

تکنولوژی؛ سرگرمی مهم کودکان

تکنولوژی واقعاً سرگرم کننده است و کودکی که یاد نگرفته با دنیای اطراف خودش سازگار شود آن را مهم‌ترین ابزار سرگرمی خود می‌داند. در یک پژوهش به کودکان اجازه دادند تا با گوشی‌های هوشمندشان به اردوی تابستانی بروند. از میان ۱۰۰ کودک فقط ۱۵ نفر آنها به موقع از خواب بیدار و برای ورزش و صبحانه آماده می‌شدند. کودکان در طی این اردوی تفریحی روزانه به طور متوسط ۵۰ بار به

اطلاعات دست پیدا کنند؛ تماشای خانه خود بر فراز آسمان یا پیدا کردن یک نسخه قدیمی از یک کتاب. با یک کلیک و نوشتن چند کلمه می‌توان هر چیزی را به دست آورد. اما با وجود قدرت جادویی تکنولوژی در دست یابی به اطلاعات، افزایش دانسته‌ها و فراهم کردن نیازها و خواسته‌های انسانی، تکنولوژی چه برای بزرگسالان و چه برای کودکان مساله ساز است.

تکنولوژی و خلق و خو

اصلاً اینطور نیست که همه بچه‌ها بخاطر تکنولوژی همه چیز زندگی واقعی را از دست بدهند. بعضی از بچه‌ها از زندگی واقعی، سرگرمی‌ها و فعالیت‌های متفاوت در مدرسه و محیط اجتماعی

۳ اشتباه والدین در دنیای تکنولوژی



تکنولوژی نیاز زندگی مدرن است. به عنوان یک خانواده مدرن شما و همه اعضای خانواده‌تان به تکنولوژی نیاز دارید. اما به نظر می‌رسد این ابزارها بیش از اندازه زندگی کوچک و بزرگ را احاطه کرده‌اند. هر جا را که نگاه می‌کنید بچه‌هایی را می‌بینید که مشغول بازی با انواع تبلت‌ها و گوشی‌های هوشمند هستند. بعید نیست بعد از خواندن این یادداشت یک نفر در یک جای جهان یک بازی جدید یا اپلیکیشن جدیدی را برای کودکان طراحی کرده باشد.

اما من می‌خواهم یک سوال مهم را مطرح کنم: آیا تکنولوژی کودکان را در مسیر همدلی و همراهی با دیگران هدایت می‌کند و یا از آنها انسان‌هایی منزوی و در خود فرو رفته می‌سازد؟

تکنولوژی؛ موزون و ناموزون

هرگز در تاریخ بشریت برای هیچ انسانی چه کوچک و چه بزرگ این امکان وجود نداشته است که به حجم وسیعی از اطلاعات در یک زمان دسترسی داشته باشد. کودکان مثل هر فرد بزرگسال دیگری می‌توانند با جستجوی یک واژه به حجم وسیعی از

لذت بیشتری می‌برند. این کودکان به ورزش، موسیقی و فعالیت‌های اجتماعی، بیشتر از سرگرم شدن با گوشی هوشمند و بازی رایانه‌ای علاقه دارند و استفاده از تکنولوژی برای آنها بخشی از زندگی روزمره است و نه همه چیز آن. اما برخی از کودکان هم زندگی‌شان را وقف تکنولوژی می‌کنند. این کودکان به شدت به تلویزیون و گوشی هوشمند و رایانه وابسته هستند. این کودکان اغلب تنها، منزوی و مضطرب هستند. مهارت‌های رفتاری ضعیفی دارند. برقراری و حفظ یک رابطه دوستانه برایشان سخت است و احساساتشان بیش از اندازه متغیر است. تکنولوژی برای این کودکان راهی برای اجتناب از دنیای واقعی است؛ دنیایی که آنها قادر نیستند با آن سازگار شوند و نشستن در برابر یک صفحه روشن قابل مدیریت به آنها این امکان را می‌دهد که همه چیز را آنطور که می‌خواهند هدایت کنند. اما هر چه بیشتر به تکنولوژی وابسته می‌شوند کمتر می‌توانند وارد روابط واقعی شوند. همانطور که می‌بینید تکنولوژی و استفاده و کاربردهای آن مطلقاً سیاه و سفید نیست. کسی

بچه‌ها و یافته‌ها

عزیز کرده‌ها افسرده ترند!



پژوهشگران آمریکایی دریافته‌اند فرزندان که بیشتر مورد توجه مادر قرار دارند، بیشتر از آنهایی که چندان مایه رضایت مادر نیستند افسردگی دچار می‌شوند. این یافته بر اساس مطالعه‌ای دو بخشی در مورد تفاوت‌های درون خانواده حاصل شد. اطلاعات لازم برای این پژوهش از ۷ سال تحقیق مجزا روی ۷۲۵ فرزند بزرگسالان ۳۰۹ خانواده که مادران آنها در زمان آغاز این پروژه در سال ۲۰۰۱ در سنین ۶۵ تا ۷۵ قرار داشتند، به دست آمده است. مورد علاقه مادر بودن در این پژوهش با توجه به چهار شاخص قربایت عاطفی، کشمکش، غرور، و سرخوردگی تعیین شده است. در نتیجه این تحقیق مشخص شد افرادی که از لحاظ احساسی و عاطفی بیشتر با مادر خود نزدیک هستند، هزینه بزرگی را می‌پردازند و این کودکان خیلی بیشتر علائم و عوارض افسردگی را نشان می‌دهند تا آنهایی که بزرگترین کشمکش‌ها را با مادران خود دارند که معتقدند آنها فرزندان هستند که بیشتر مایه سرخوردگی‌شان را فراهم آورده‌اند. هزینه احساسی که این افراد می‌پردازند، ناشی از تشیی است که فرزندان بزرگسال مورد علاقه مادر با توجه به قربایت عاطفی یا احساس مسئولیت بیشتر برای مراقبت احساسی از مادران سالخورده تحمل می‌کنند.

اشتباهات رایج

کنجکاری، نه لجبازی



هر جای خانه که پا می‌گذارید، فرزندان یک خرابکاری به بار آورده. همه چیز را به هم می‌ریزد و دردسری تمام وقت برای شما درست می‌کند.

اما قبل از آن که عصبانی شوید و سر فرزندان داد بزنید، این

مطلب را بخوانید. واقعیت این است که بچه‌ها تا سه سالگی، مشغول واریسی محیط اطرافشان هستند و با کنجکاری همه جا را کند و کاو می‌کنند. قصد بچه‌ها از برهم زدن نظم خانه لجبازی و خرابکاری نیست، بلکه تنها در پی کسب اطلاعات تازه و تطبیق دادن و افزودن آن اطلاعات به طرح واره‌های قبلی ذهنشان هستند.

جملاتی مثل خرابکاری، لجبازی و مقاومت را به هیچ وجه نمی‌توان معرف این رفتارهای بچه‌ها دانست. طبیعی است که با این خرابکاری‌های فرزندان خشمگین شوید؛ اما مراقب باشید خشمتان را متوجه فرزندان نکنید یا برچسب شیطان و لجبازی بر کودک نچسبانید. کودک کنجکار شما وقتی بی‌خبر از همه جا با خشم مادر مواجه می‌شود، نمی‌داند به خاطر چه چیز تنبیه می‌شود. او کاملاً تصادفی به کسی یا چیزی آسیب زده و مستحق تنبیه شدن نیست.

حل ۱۶۰۱